

Hvað eru margar hitaeiningar í bjór?



www.hvaderimatnum.is
geymir bæði upplýsingar
um efnainnihald matvæla
á íslenskum markaði og
útflytt matvæli og hráefni.



www.hvaderimatnum.is

Upplýsingar um 950 fæðutegundir

Vissir þú að það er aðeins 0,6% fita í ýsu, 6% fita í lambavöðva en 30% fita í spægipylsu. Þá eru rúmlega 400 hitaeiningar (kcal) úr alkahóli og kolvetnum í hverjum lítra af bjór.

Þessar upplýsingar og margt annað er hægt að finna á www.hvaderimatnum.is. Þar er að finna upplýsingar um 950 fæðutegundir.

Meðal annars er hægt að fá upplýsingar um prótein, fitu, kolvetni, vatn, orku, vítamín, steinefni og óæskileg efni eins og kvikasilfur, blý, kadmín og arsen í matvælum. Til dæmis er hægt að leita að því hve mikið prótein er í skyri, en það er um 11%. Til samanburðar er 3% prótein í nýmjólk en ríflega 70% prótein í harðfiski.

Hjá Matís eru gerðar mælingar á efnainnihaldi matvæla fyrir hvaderimatnum.is og gagna er einnig aflað frá innlendum og erlendum aðilum.

Nánari upplýsingar á www.hvaderimatnum.is