

NÆRINGAREFNATÖFLUR - Innihald í 100 grömmum af ætum hluta

13. SALT, EDIK, GER, KRYDD O. FL.		Ætur hluti %	Orka		Prótein g	Fita alls g	Fitusýrur		Kól-esteról mg	Kolvetni		Trefjar g	Vatn g
			kJ	kcal			mettaðar g	ómettaðar g		alls g	viðbættur sykur g		
1501	DILL, þurrkað	100	1250	299	20,0	4,4			0	43,9	0	11,9	7,3
1502	EDIK	100	17	4	0,4	0	0	0	0	0,6	0	0	
1503	GER, pressuger	100	355	85	13,7	0,4			0	6,3	0	6,9	71,3
1504	GER, þurrger	100	1170	279	35,6	1,5	0,2	1,4	0	29,9	0	19,7	5,0
1505	GERVISÆTUEFNI, aspartam	100	1700	406	3,0	0	0	0	0	97,0	0	0	0,1
1506	GERVISÆTUEFNI, sakkarin	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
1507	HJARTARSALT	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1508	HVÍTLAUKSDUFT	100	1520	363	16,8	0,8	0,1	0,4	0	70,8	0	1,9	6,5
1509	KANILL	100	1080	259	5,1	3,2	0,7	1,0	0	51,6	0	24,4	11,4
1510	KARRÍ, duft	100	1440	344	12,7	13,8			0	41,9	0	16,3	9,5
1511	KÚMEN	100	1540	367	18,6	14,6	0,6	10,4	0	39,9	0	12,7	8,7
1512	LYFTIDUFT	100	639	153	0,1	0	0	0	0	37,5	0	0,5	6,3
1513	MATARLÍM	100	1470	350	86,0	0,1	0	0	0	0	0	0	13,0
1514	PAPRIKUDUFT	100	1660	397	14,8	13,0	1,9	8,5	0	54,7	0		9,5
1515	PIPAR, svartur	100	1190	283	10,9	3,3	1,0	2,1	0	51,7	0	13,1	10,5
1516	RÓSMARÍN	100	1710	409	4,9	15,2			0	62,6	0		9,3
1517	SALT, borðsalt	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5
1518	SALT, sjávarsalt	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4,0
1519	SOJASÓSA	100	287	69	8,7	0	0	0	0	8,2		0	67,6
1520	SÓDADUFT	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1521	SÚKKAT	100	1390	332	0,4	0,3			0	80,6			18,7
1522	SÚPUTENINGAR	100	606	145	20,0	4,9	2,5	2,3	4	5,0	0	0	3,3
1523	TÍMÍAN	100	1580	377	9,1	7,4	2,7	1,7	0	67,7	0		7,8
1524	VANILLUDROPAR	100	1010	242	0	0	0	0	0	1,6	0	0	64,3

NÆRINGAREFNATÖFLUR: VÍTAMÍN OG STEINEFNI - Innihald í 100 grömmum af ætum hluta

13. SALT, EDIK, GER, KRYDD O. FL.		VÍTAMÍN							STEINEFNI			
		A	D	E	B1	B2	Fólasín	C	Kalk	Natríum	Kalíum	Járn
		µg	µg	mg	mg	mg	µg	mg	mg	mg	mg	mg
1501	DILL, þurrkað	5500	0	9,27	0,42	0,28	0	0	1784	208	3307	48,80
1502	EDIK	0	0	0	0,00	0	0	0	12	20	89	0,50
1503	GER, pressuger	0	0	0,20	0,47	1,40	1000	0	15	16	610	5,00
1504	GER, þurrger	0	0	0	2,33	4,00	4000	0	80	50	2000	20,00
1505	GERVISÆTUEFNI, aspartam	0	0	0	0	0	0	0	0	100	100	0
1506	GERVISÆTUEFNI, sakkarín	0	0	0	0	0	0	0	0			0
1507	HJARTARSALT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
1508	HVÍTLAUKSDUFT	0	0	0,03	0,47	0,15	0	0	80	26	1101	2,80
1509	KANILL	30	0		0,08	0,14		0	1230	26	500	38,10
1510	KARRÍ, duft	99	0		0,25	0,28		11	478	52	1543	29,60
1511	KÚMEN	36	0		0,38	0,38			689	17	1351	16,23
1512	LYFTIDUFT	0	0	0	0	0	0	0	11300	11800	49	0,73
1513	MATARLÍM	0	0	0	0	0	0	0	11	32	22	1,20
1514	PAPRIKUDUFT	6000	0		0,65	1,74	0	0	180	34	2340	23,60
1515	PIPAR, svartur	19	0	0	0,11	0,24	0	0	437	44	1259	28,90
1516	RÓSMARÍN	313	0				0	0	1280	50	950	29,30
1517	SALT, borðsalt	0	0	0	0	0	0	0	29	38850	0	0,20
1518	SALT, sjávarsalt	0	0	0	0	0	0	0	51	36800	36	3,00
1519	SOJASÓSA	0	0	0	0,05	0,13	11	0	19	5719	358	2,70
1520	SÓDADUFT	0	0	0	0	0	0	0	0	26800	0	0
1521	SÚKKAT	0	0	0				0				
1522	SÚPUTENINGAR	0	0	0	0,05	3,40	0	0	180	22500	511	24,50
1523	TÍMÍAN	380	0			0,40	0	0	1890	55	810	
1524	VANILLUDROPAR	0	0		0	0		0	0	11	0	0