

NÆRINGAREFNATÖFLUR: ORKA, ORKUEFNI, SALT OG VATN - Innihald í 100g af ætum hluta.

Sykur, hunang og sælgæti	Orka		Fita alls g	Fitusýrur			Kolvetni			Trefjar g	Prótein g	Salt g	Vatn g
	kJ	kkal		mett- aðar g	einó- mettaðar g	fjöló- mettaðar g	alls g	sykur- tegundir g	viðbættur sykur g				
BRJÓSTSYKUR	1664	392	0,0	0,0	0,0	0,0	97,9	97,9	97,9	0,0	0,0	0,01	1,7
BRJÓSTSYKUR, fylltur	1766	418	7,0	4,1	2,3	0,2	87,6		85,0	0,1	1,0	0,03	3,8
FLÓRSYKUR	1698	400	0,0	0,0	0,0	0,0	99,9	99,9	99,9	0,0	0,0	0,00	0,1
HRÍSKÚLUR, Freyjuhrís	2087	498	22,9	14,1	7,4	1,0	63,9	32,2	26,0	1,5	8,3	1,11	1,0
HRÍSKÚLUR, Nóakropp	2274	545	31,7	19,9	10,2	1,1	55,5	42,7	34,8	0,8	8,9	0,64	0,8
HUNANG	1399	329	0,0	0,0	0,0	0,0	82,0	74,7	0,0	0,0	0,3	0,03	18,0
ÍSSÓSA, með súkkulaðibragði	1289	304	2,7	1,3	0,7	0,1	68,3	68,3	65,0	0,5	1,4	0,10	26,6
KARAMELLUR, rjómakaramellur	1784	422	7,6	6,3	0,5	0,1	87,6	74,0	55,0	0,0	0,8	0,62	3,0
KONFEKT	2002	478	24,5	12,2	6,6	0,6	55,9	51,1	40,0	0,9	8,1	0,14	8,7
KÓKOSBOLLA	1897	452	20,2	18,4	0,7	0,1	66,6	66,6	66,6	0,0	1,0	0,00	11,2
KÓKOSKÚLUR, úr bakaríum	1709	408	16,5	9,5	4,0	1,8	56,5	40,9	40,0	5,4	5,6	0,18	14,7
LAKKRÍS	1304	307	1,6	1,4	0,5	0,1	66,8	43,0	42,7	0,5	6,2	1,18	23,4
LAKKRÍSKONFEKT	1633	386	5,2	3,6	1,2	0,2	80,8	48,0	33,0	0,5	3,7	1,18	8,0
MARSIPAN	1996	478	26,5	2,1	17,9	4,9	47,2	42,0	40,0	3,2	11,0	0,08	10,7
PÚÐURSYKUR	1624	382	0,0	0,0	0,0	0,0	95,5	94,0	94,0	0,0	0,0	0,03	2,5
SÍRÓP	1411	332	0,0	0,0	0,0	0,0	83,0	83,0	0,0	0,0	0,0	0,40	16,9
SÚKKULAÐI, Bounty	2066	494	26,1	21,2	3,2	0,4	58,5	51,1	51,1	3,0	4,8	0,45	7,6
SÚKKULAÐI, dökkt, 100%	2616	633	53,3	33,3			16,7	0,0	0,0	16,7	13,3		0,6
SÚKKULAÐI, Mars	1917	457	18,9	10,0	7,2	0,8	65,9	62,7	62,7	0,9	5,3	0,38	6,9
SÚKKULAÐI, marsipani, AntonBerg	2153	516	32,0	8,4			46,0	37,0			11,0	0,00	9,9

NÆRINGAREFNAÐÖFLUR: VÍTAMÍN OG STEINEFNI - Innihald í 100g af ætum hluta.

Sykur, hunang og sælgæti	VÍTAMÍN										STEINEFNI		
	A	Retinol	β-karótín	D	E	B1	B2	B12	Fólasín	C	Kalk	Járn	Joð
	µg	µg	µg	µg	mg	mg	mg	µg	µg	mg	mg	mg	mg
BRJÓSTSYKUR	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0
BRJÓSTSYKUR, fylltur	20			0		0,02	0,10			0	16	0,7	
FLÓRSYKUR	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,1	
HRÍSKÚLUR, Freyjuhrís	225	213	71	1	0,90	0,61	0,93	2	276	8	394	11,8	37
HRÍSKÚLUR, Nóakropp	103	94	55	1	0,70	0,32	0,72	1	110	3	350	5,1	53
HUNANG	0	0	0	0	0,00	0,00	0,10	0	0	1	5	0,4	1
ÍSSÓSA, með súkkulaðibragði	1	0	4	0	0,02	0,01	0,02	0	4	0	11	2,4	
KARAMELLUR, rjómakaramellur	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	41	1,6	12
KONFEKT	87	80	40	0	0	0	0	0	0	0	144	1,8	
KÓKOSBOLLA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0	
KÓKOSKÚLUR, úr bakaríum	103	98	32	1	1,50	0,11	0,09	0	11	0	39	2,9	1
LAKKRÍS	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	40	4,4	9
LAKKRÍSKONFEKT	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	170	3,0	9
MARSIPAN	13	12	6	0	12,00	0,11	0,35	0	60	0	59	1,9	0
PÚÐURSYKUR	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	65	2,6	
SÍRÓP	0	0	0	0	0,00	0	0	0	0	0	18	0,4	5
SÚKKULAÐI, Bounty	7	0	40	0	2,10	0,04	0,10	0	10	0	110	1,3	62
SÚKKULAÐI, dökkt, 100%													
SÚKKULAÐI, Mars	14	7	40	0	2,10	0,05	0,20	0,00	10	0	160	1,1	62
SÚKKULAÐI, marsipani, AntonBerg											101	3,7	

NÆRINGAREFNATÖFLUR: ORKA, ORKUEFNI, SALT OG VATN - Innihald í 100g af ætum hluta.

Sykur, hunang og sælgæti	Orka		Fita alls g	Fitusýrur			Kolvetni			Trefjar g	Prótein g	Salt g	Vatn g
	kJ	kkal		mett- aðar g	einó- mettaðar g	fjöló- mettaðar g	alls g	sykur- tegundir g	viðbættur sykur g				
SÚKKULAÐI, sjávarsalt, lakkrís	2296	551	35,0	21,0			50,0	49,0	47,0		8,9	0,43	3,9
SÚKKULAÐI, Prins Póló	2150	514	25,1	13,4	8,1	1,3	63,8	37,0	35,0	1,4	7,4	0,35	0,9
SÚKKULAÐI, rjómasúkkulaði	2389	573	37,0	23,3	12,0	1,1	50,5	49,0	40,0	0,4	9,3	0,35	0,6
SÚKKULAÐI, rjómasúkkulaði, hnetur	2378	571	37,8	23,4	12,0	1,1	49,1	46,0	40,0	0,9	8,1	0,34	2,2
SÚKKULAÐI, Snickers	1980	473	23,9	9,1	7,9	3,0	54,3	42,1	42,1	1,2	9,6	0,58	5,9
SÚKKULAÐI, suðusúkkulaði	2367	567	33,0	23,2	8,6	0,9	60,1	52,0	50,3	0,9	6,9	0,08	0,6
SÚKKULAÐI, suðu-, 70-85% kakó	2392	577	42,6	24,5	12,8	1,3	35,0	24,0	24,0	10,9	7,8	0,05	1,4
SÚKKULAÐI, súkkulíki, til bökunar	2244	537	30,0	28,0	0,7	0,2	58,0			0,9	8,3		0,6
SÚKKULAÐIÁLEGG, Nusco	2154	516	31,0	4,4	6,9	17,6	54,6	54,0	51,0	2,4	3,5	0,15	7,5
SÚKKULAÐIBITAR, Hraun	2146	513	25,4	15,6	6,7	0,7	64,3			1,4	6,0	0,60	1,4
SÚKKULAÐIBITAR, Æðibitar	2221	531	29,3	20,6	5,9	0,7	60,2			1,4	6,0		1,6
SÚKKULAÐIHNETUR	2252	541	33,5	12,2	14,7	5,1	43,0	30,0	15,0	6,1	13,7	0,10	1,9
SÚKKULAÐIRÚSÍNUR, dökkt	1888	450	19,0	12,0			64,4	59,3		2,8	4,0	0,01	8,3
SYKUR	1698	400	0,0	0,0	0,0	0,0	99,9	99,9	99,9	0,0	0,0	0,00	0,1

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

Sykur, hunang og sælgæti	VÍTAMÍN										STEINEFNI		
	A	Retinol	β-karótín	D	E	B1	B2	B12	Fólasín	C	Kalk	Járn	Joð
	µg	µg	µg	µg	mg	mg	mg	µg	µg	mg	mg	mg	mg
SÚKKULAÐI, sjávarsalt, lakkrís	30	22	45		0,60	0,15	0,59	0,59	11		324	1,1	62
SÚKKULAÐI, Prins Póló	33	33	0	0	1,80	0,07	0,17	0,00	7	0	135	3,8	5
SÚKKULAÐI, rjómasúkkulaði	30	22	45	0	0,60	0,15	0,59	0,59	11	0	324	1,1	62
SÚKKULAÐI, rjómasúkkulaði, hnetur	108	100	45	0	0,25	0,14	0,30	0,00	7	0	310	1,7	17
SÚKKULAÐI, Snickers	10	7	16	0	2,10	0,05	0,18	0,00	40	0	120	0,8	62
SÚKKULAÐI, suðusúkkulaði	10	5	27	0	0,60	0,08	0,15	0,00	12	0	70	4,8	2
SÚKKULAÐI, suðu-, 70-85% kakó	3		19	0	0,59	0,03	0,08	0,28	12	0	73	11,9	2
SÚKKULAÐI, súkkulíki, til bökunar													
SÚKKULAÐIÁLEGG, Nusco	0	0	0	0	5,40	0,07	0,00	0,32	17	0	120	2,2	0
SÚKKULAÐIBITAR, Hraun	33					0,07	0,17			0	201	4,8	
SÚKKULAÐIBITAR, Æðibitar													
SÚKKULAÐIHNETUR	0	0	0	0	6,00	0,12	0,21	0,29	8	0	127	1,3	4
SÚKKULAÐIRÚSÍNUR, dökkt	7	0	42		0,80	0,08	0,16	0,18	5		86	1,7	2
SYKUR	0	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0	0	0	0,1	