

## Aminosyror i livsmedel, mg per g kväve

| Kod   | Livsmedel Maträtt               | Faktor | ILE | LEU | LYS | MET | CYS | PHE | TYR | THR | TRP | VAL | ARG | HIS | ALA | ASP  | GLU  | GLY | PRO  | SER |
|-------|---------------------------------|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|------|-----|
|       | <b>Grönsaker</b>                |        |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |      |     |
| 1201  | Alfagrodor                      | 6,25   | 430 | 340 |     |     |     |     |     | 230 | 220 | 230 |     |     |     |      |      |     |      |     |
| 1153  | Aubergine eller äggplanta       | 6,25   | 270 | 380 | 280 | 67  | 33  | 250 | 160 | 220 | 56  | 320 | 340 | 140 | 300 | 1000 | 1110 | 240 | 250  | 250 |
| 1002  | Bambuskott konserv, utan lag    | 6,25   | 210 | 330 | 320 | 71  | 52  | 210 |     | 200 | 64  | 250 | 230 | 100 | 300 | 1010 | 590  | 200 | 520  | 300 |
| 1004  | Blomkål                         | 6,25   | 230 | 330 | 300 | 90  | 45  | 210 | 130 | 210 | 70  | 360 | 240 | 110 | 470 | 510  | 690  | 230 | 270  | 310 |
| 1006  | Bondböner                       | 6,25   | 280 | 480 | 420 | 50  | 90  | 260 | 220 | 240 | 65  | 300 | 520 | 150 | 260 | 710  | 960  | 260 | 280  | 280 |
| 1008  | Broccoli                        | 6,25   | 230 | 270 | 290 | 70  | 40  | 175 | 130 | 190 | 60  | 270 | 300 | 105 | 250 | 440  | 780  | 200 | 240  | 210 |
| 1014  | Bruna böner torkade             | 6,25   | 280 | 480 | 410 | 50  | 90  | 310 | 140 | 260 | 80  | 630 | 300 | 155 | 240 | 75   | 810  | 240 | 230  | 390 |
| M1051 | Bruna böner, torkade kokta      | 6,25   | 280 | 430 | 460 | 60  | 40  | 280 | 140 | 260 | 80  | 630 | 300 | 155 | 240 | 80   | 810  | 240 | 240  | 390 |
| 1010  | Brysselkål                      | 6,25   | 240 | 280 | 290 | 55  | 40  | 185 | 100 | 220 | 75  | 290 | 370 | 150 | 290 | 580  | 1060 | 200 | 1040 | 280 |
| 1027  | Champinjoner                    | 6,25   | 240 | 380 | 620 | 120 | 15  | 240 | 130 | 280 | 140 | 280 | 300 | 165 | 470 | 560  | 1060 | 270 | 440  | 280 |
| 1031  | Endivesallad                    | 6,25   | 370 | 270 | 240 | 38  |     | 150 |     | 170 | 115 | 280 | 460 | 110 |     |      |      |     |      |     |
| 1029  | Friséesallad                    | 6,25   | 360 | 490 | 310 | 70  | 50  | 260 | 200 | 250 | 25  | 310 | 310 | 115 | 310 | 650  | 820  | 290 | 290  | 250 |
| 1207  | Gräslök                         | 6,25   | 270 | 380 | 310 | 67  |     | 200 | 180 | 240 | 69  | 280 | 440 | 110 | 280 | 580  | 1288 | 310 | 410  | 280 |
| 1017  | Gröna böner                     | 6,25   | 230 | 380 | 300 | 75  | 60  | 230 | 145 | 270 | 65  | 310 | 250 | 120 | 290 | 880  | 640  | 220 | 230  | 340 |
| 1020  | Gröna böner konserv, utan lag   | 6,25   | 220 | 370 | 290 | 74  | 58  | 220 | 140 | 260 | 63  | 300 | 240 | 115 | 280 | 840  | 630  | 220 | 230  | 330 |
| 1158  | Gröna eller gula ärter, torkade | 6,25   | 270 | 430 | 470 | 60  | 70  | 170 | 250 | 250 | 60  | 290 | 590 | 140 | 260 | 690  | 1010 | 250 | 240  | 270 |
| 1154  | Gröna ärter                     | 6,25   | 220 | 370 | 370 | 94  | 37  | 230 | 130 | 240 | 43  | 260 | 490 | 130 | 280 | 560  | 850  | 210 | 200  | 210 |
| 1155  | Gröna ärter frysta              | 6,25   | 230 | 370 | 360 | 95  | 37  | 230 | 130 | 230 | 43  | 280 | 490 | 120 | 280 | 580  | 850  | 220 | 200  | 210 |
| 1157  | Gröna ärter konserv, utan lag   | 6,25   | 230 | 380 | 370 | 95  | 37  | 230 | 130 | 230 | 43  | 270 | 500 | 120 | 280 | 570  | 860  | 210 | 200  | 210 |
| 1035  | Grönkål                         | 6,25   | 380 | 430 | 380 | 60  | 80  | 320 | 230 | 283 | 75  | 340 | 350 | 130 | 320 | 560  | 700  | 300 | 380  | 260 |
| 1036  | Grönkål fryst                   | 6,25   | 370 | 430 | 370 | 60  | 80  | 310 | 220 | 280 | 70  | 340 | 350 | 130 | 310 | 560  | 700  | 300 | 370  | 260 |
| 1042  | Gurka                           | 6,25   | 210 | 290 | 270 | 50  | 40  | 190 | 110 | 190 | 50  | 210 | 420 | 100 | 220 | 400  | 1940 | 240 | 150  | 200 |
| 1095  | Huvudsallad                     | 6,25   | 240 | 370 | 290 | 59  | 9   | 210 | 105 | 205 | 77  | 330 | 250 | 100 | 310 | 610  | 1090 | 220 | 210  | 210 |
| 1046  | Isbergssallad                   | 6,25   | 470 | 440 | 470 | 90  | 90  | 310 | 180 | 330 | 50  | 390 | 390 | 125 | 310 | 810  | 1060 | 320 | 270  | 220 |
| 1217  | Kajennpeppar                    | 6,25   | 200 | 330 | 280 | 75  | 120 | 195 | 130 | 230 | 80  | 260 | 300 | 130 | 260 | 890  | 820  | 230 | 270  | 250 |
| 1048  | Ketchup                         | 6,25   | 150 | 210 | 195 | 45  | 20  | 160 | 63  | 150 | 33  | 160 | 125 | 100 | 160 | 770  | 2500 | 120 | 130  | 180 |

AminosyrorpergN.xlsx

|      |  |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |      |     |
|------|--|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|------|-----|
| 1049 | Kikärter torkade                       | 6,25 | 280 | 470 | 430 | 80  | 90  | 360 | 180 | 240 | 50  | 280 | 590 | 170 | 270 | 730  | 990  | 250 | 260  | 320 |
| 1051 | Kålrabbi                               | 6,25 | 290 | 250 | 210 | 50  | 25  | 145 |     | 180 | 40  | 185 | 380 | 70  |     |      |      |     |      |     |
| 1059 | Linser torkade                         | 6,25 | 270 | 480 | 450 | 50  | 60  | 330 | 200 | 250 | 60  | 310 | 540 | 170 | 270 | 720  | 1040 | 260 | 270  | 330 |
| 1061 | Lök                                    | 6,25 | 220 | 220 | 290 | 55  | 110 | 160 | 155 | 150 | 90  | 140 | 840 | 100 | 175 | 340  | 1000 | 260 | 195  | 180 |
| 1067 | Majskolv                               | 6,25 | 250 | 690 | 270 | 130 | 50  | 290 | 240 | 250 | 45  | 360 | 250 | 170 | 590 | 470  | 1250 | 250 | 560  | 300 |
| 1070 | Majskorn fryst                         | 6,25 | 250 | 690 | 270 | 130 | 52  | 290 | 240 | 250 | 44  | 360 | 260 | 170 | 580 | 480  | 1250 | 250 | 570  | 300 |
| 1072 | Majskorn konsev, utan lag              | 6,25 | 230 | 790 | 170 | 120 | 100 | 320 | 240 | 230 | 40  | 300 | 260 | 170 | 470 | 400  | 1290 | 230 | 560  | 320 |
| 1073 | Mangold                                | 6,25 | 520 | 450 | 340 | 66  |     | 38  |     | 290 | 59  | 380 | 410 | 125 |     |      |      |     |      |     |
| 1012 | Mungbönsgroddar                        | 6,25 | 270 | 360 | 350 | 70  | 35  | 250 | 110 | 160 | 77  | 270 | 410 | 145 | 210 | 1000 | 330  | 130 |      | 70  |
|      | Paprika, alla sorter                   | 6,25 | 195 | 320 | 270 | 72  | 120 | 190 | 130 | 220 | 78  | 260 | 290 | 120 | 250 | 860  | 810  | 220 | 270  | 240 |
| 1081 | Persiljeblad                           | 6,25 | 250 | 430 | 390 | 86  | 31  | 310 | 170 | 260 | 100 | 370 | 260 | 130 | 410 | 630  | 530  | 310 | 460  | 290 |
| 1087 | Pumpa eller vintersquash               | 6,25 | 250 | 360 | 230 | 78  | 57  | 250 | 210 | 190 | 90  | 270 | 350 | 120 | 260 | 670  | 1100 | 230 | 230  | 250 |
| 1090 | Purjolök                               | 6,25 | 220 | 400 | 320 | 75  | 105 | 230 | 170 | 260 | 50  | 230 | 320 | 105 | 310 | 580  | 960  | 290 | 270  | 380 |
| 1091 | Rabarber                               | 6,25 | 180 | 260 | 260 | 70  | 7   | 180 | 115 | 145 | 70  | 280 | 210 | 120 | 195 | 310  | 510  | 185 | 160  | 185 |
| 1022 | Röda bönor torkade kokta               | 6,25 | 280 | 480 | 410 | 50  | 90  | 310 | 140 | 260 | 80  | 630 | 300 | 155 | 240 | 75   | 810  | 240 | 230  | 39  |
| 1094 | Rödkål                                 | 6,25 | 320 | 330 | 290 | 65  | 55  | 200 | 110 | 220 | 65  | 270 | 360 | 130 | 220 | 620  | 1410 | 140 | 1236 | 370 |
| 1097 | Salladskål eller kinesisk kål          | 6,25 | 360 | 370 | 370 | 37  | 68  | 185 | 120 | 200 | 65  | 280 | 350 | 110 | 360 | 450  | 1515 | 185 | 130  | 200 |
| 1101 | Sojabönor torkade                      | 6,25 | 270 | 450 | 370 | 76  | 57  | 280 | 220 | 250 | 76  | 280 | 500 | 170 | 280 | 730  | 1180 | 260 | 290  | 350 |
| 1013 | Sojabönsgroddar                        | 6,25 | 190 | 310 | 260 | 45  | 20  | 155 | 125 | 220 | 90  | 210 | 180 | 100 | 180 | 550  | 540  | 150 |      | 280 |
| 1108 | Sojadryck                              | 6,25 | 280 | 450 | 370 | 76  | 57  | 280 | 220 | 250 | 76  | 280 | 500 | 170 | 280 | 730  | 1180 | 260 | 290  | 350 |
| 1293 | Sojaprotein, protein 92%               | 6,25 | 280 | 450 | 370 | 76  | 57  | 280 | 220 | 250 | 76  | 280 | 500 | 170 | 280 | 730  | 1180 | 260 | 290  | 350 |
| 1163 | Sparris grön eller vit                 | 6,25 | 220 | 280 | 290 | 59  | 73  | 150 | 98  | 175 | 61  | 240 | 290 | 96  | 290 | 730  | 1020 | 200 | 330  | 240 |
| 1116 | Sparris grön eller vit konsev utan lag | 6,25 | 230 | 270 | 290 | 61  | 73  | 150 | 100 | 175 | 61  | 240 | 290 | 97  | 290 | 730  | 1030 | 200 | 340  | 240 |
| 1119 | Spenat                                 | 6,25 | 210 | 370 | 290 | 63  | 10  | 290 | 155 | 220 | 105 | 290 | 330 | 110 | 270 | 570  | 700  | 250 | 210  | 240 |
| 1120 | Spenat fryst                           | 6,25 | 200 | 360 | 290 | 62  | 9   | 290 | 150 | 210 | 100 | 290 | 330 | 110 | 270 | 560  | 690  | 240 | 200  | 230 |
| 1121 | Squash eller zucchini eller courgette  | 6,25 | 220 | 360 | 340 | 89  | 63  | 220 | 165 | 150 | 53  | 270 | 260 | 130 | 320 | 740  | 660  | 230 | 190  | 250 |
| 1003 | Stjälkselleri eller blekselleri        | 6,25 | 180 | 240 | 240 | 45  | 36  | 80  | 175 | 175 | 80  | 240 | 180 | 100 | 200 | 1050 | 780  | 190 | 155  | 180 |
| 1123 | Surkål konsev, med lag                 | 6,25 | 320 | 340 | 310 | 65  | 60  | 210 | 115 | 230 | 65  | 280 | 370 | 140 | 230 | 640  | 1430 | 145 | 1280 | 380 |
| 1103 | Tofu eller sojabönsost                 | 6,25 | 280 | 450 | 370 | 76  | 57  | 280 | 220 | 250 | 76  | 280 | 500 | 170 | 280 | 730  | 1180 | 260 | 290  | 350 |
| 1129 | Tomat                                  | 6,25 | 150 | 240 | 240 | 14  | 86  | 165 | 110 | 160 | 50  | 165 | 160 | 93  | 180 | 890  | 2360 | 160 | 120  | 170 |
| 1137 | Tomatpasta konsev                      | 6,25 | 120 | 175 | 185 | 30  | 36  | 135 | 85  | 145 | 43  | 130 | 130 | 100 | 200 | 780  | 2520 | 105 | 140  | 150 |

AminosyrorpergN.xlsx

|      |  |      |     |     |     |    |    |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |      |     |
|------|--|------|-----|-----|-----|----|----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|------|-----|
| 1138 | Tomatpuré konserv, koncentrerad          | 6,25 | 120 | 170 | 180 | 33 | 37 | 130 | 81  | 135 | 40 | 125 | 120 | 96  | 190 | 780 | 2480 | 105 | 140  | 150 |
| 1143 | Vattenkrasse                             | 6,25 | 250 | 450 | 360 | 54 | 19 | 310 | 170 | 360 | 80 | 380 | 400 | 110 | 380 | 510 | 510  | 300 | 260  | 160 |
| 1145 | Vaxbönor                                 | 6,25 | 230 | 380 | 300 | 75 | 60 | 230 | 145 | 270 | 65 | 310 | 250 | 120 | 290 | 880 | 640  | 220 | 230  | 340 |
| 1149 | Vignabönor eller svartögda bönor, torkad | 6,25 | 250 | 480 | 420 | 89 | 69 | 365 | 200 | 240 | 77 | 300 | 430 | 195 | 285 | 750 | 1180 | 260 | 280  | 310 |
| 1151 | Vitkål                                   | 6,25 | 320 | 330 | 300 | 65 | 55 | 210 | 110 | 220 | 65 | 270 | 360 | 130 | 220 | 630 | 1420 | 140 | 1260 | 370 |
| 1152 | Vitlök                                   | 6,25 | 220 | 300 | 260 | 75 | 64 | 180 | 79  | 160 | 65 | 280 | 620 | 115 | 130 | 480 | 790  | 195 | 98   | 185 |

AminosyrorpergN.xlsx

| Frukt och bär |                             |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |      |     |  |  |  |  |  |  |  |
|---------------|-----------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|------|-----|--|--|--|--|--|--|--|
| 2003          | Ananas                      | 6,25 |     | 150 | 33  |     | 170 | 170 |     | 83  |     |     |     |     |     |      |      |     |      |     |  |  |  |  |  |  |  |
| 2012          | Apelsin                     | 6,25 | 130 | 200 | 250 | 33  | 20  | 140 | 80  | 130 | 40  | 200 | 530 | 80  | 170 | 730  | 390  | 140 | 810  | 250 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2024          | Aprikoser                   | 6,25 | 170 | 300 | 260 | 41  | 5   | 170 | 105 | 145 | 32  | 260 | 140 | 100 | 230 | 1270 | 270  | 160 | 1730 | 200 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1001          | Avocado                     | 6,25 | 220 | 390 | 290 | 115 | 65  | 210 | 155 | 210 | 65  | 300 | 180 | 90  | 370 | 870  | 660  | 260 | 240  | 250 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2033          | Banan                       | 6,25 | 210 | 440 | 300 | 69  | 106 | 240 | 150 | 210 | 75  | 290 | 290 | 510 | 240 | 720  | 690  | 230 | 250  | 290 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2118          | Banan kokbanan              | 6,25 | 170 | 280 | 280 | 80  | 55  | 210 | 150 | 160 | 72  | 220 | 520 | 300 | 240 | 520  | 570  | 210 | 240  | 195 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2035          | Banan torkad                | 6,25 | 270 | 580 | 270 | 120 | 100 | 320 | 190 | 270 | 73  | 450 | 280 | 530 | 350 | 810  | 645  | 310 | 370  | 370 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2039          | Blåbär                      | 6,25 | 200 | 380 | 110 | 100 | 64  | 230 | 73  | 175 | 27  | 260 | 320 | 90  | 260 | 490  | 780  | 260 | 240  | 190 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2046          | Citron                      | 6,25 | 170 | 150 | 220 | 83  | 78  | 210 | 120 | 83  | 39  | 220 | 370 | 83  | 360 | 830  | 690  | 580 | 320  | 170 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2059          | Dadlar torkade              | 6,25 | 150 | 280 | 190 | 69  | 140 | 175 | 94  | 165 | 160 | 210 | 210 | 94  | 310 | 410  | 660  | 300 | 340  | 210 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2158          | Druvjuice konserv           | 6,25 | 78  | 135 | 110 | 11  |     | 135 | 33  | 180 |     | 110 | 520 | 78  | 960 | 240  | 1220 | 135 | 180  | 145 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2060          | Fikon                       | 6,25 | 190 | 280 | 250 | 50  | 100 | 150 | 270 | 200 | 50  | 230 | 140 | 92  | 380 | 1500 | 600  | 210 | 410  | 310 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2066          | Fläderbär                   | 6,25 | 250 | 550 | 240 | 130 | 140 | 360 | 460 | 250 | 120 | 300 | 430 | 140 | 280 | 530  | 870  | 330 | 230  | 290 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2068          | Grapefrukt                  | 6,25 | 110 | 170 | 220 | 36  | 18  | 120 | 80  | 120 | 45  | 165 | 450 | 73  | 240 | 1220 | 490  | 110 | 550  | 310 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2081          | Guava                       | 6,25 | 230 | 420 | 180 | 38  |     | 15  | 77  | 240 | 54  | 220 | 160 | 54  | 320 | 400  | 850  | 320 | 190  | 185 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2087          | Jordgubbar                  | 6,25 | 150 | 340 | 280 | 11  | 56  | 200 | 230 | 100 | 78  | 200 | 290 | 130 | 340 | 1560 | 1000 | 270 | 210  | 270 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2094          | Katrinplommon, vatten 32,5% | 6,25 | 120 | 170 | 140 | 28  | 7   | 130 | 50  | 105 | 17  | 170 | 83  | 64  | 170 | 2400 | 200  | 120 | 180  | 150 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2104          | Körsbär sura, röda          | 6,25 | 110 | 170 | 220 | 25  | 19  | 115 | 68  | 125 | 37  | 160 | 94  | 75  | 170 | 3340 | 220  | 140 | 180  | 190 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2110          | Körsbär söta                | 6,25 | 110 | 170 | 220 | 26  | 21  | 115 | 68  | 125 | 37  | 160 | 94  | 74  | 170 | 3420 | 220  | 140 | 185  | 190 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2111          | Lime                        | 6,25 |     |     |     | 130 | 18  |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |      | 27  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2117          | Mango                       | 6,25 | 230 | 390 | 620 | 63  |     | 210 | 125 | 240 | 100 | 125 | 330 | 240 | 150 | 640  | 530  | 750 | 230  | 280 |  |  |  |  |  |  |  |
| 1076          | Melon nät                   | 6,25 |     |     | 170 | 27  |     | 200 |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |      | 36  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2119          | Nektarin                    | 6,25 | 100 | 220 | 230 | 240 | 70  | 140 | 160 | 210 | 30  | 310 | 130 | 130 | 310 | 710  | 1100 | 120 | 210  | 260 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2124          | Papaya                      | 6,25 | 89  | 180 | 280 | 22  |     | 100 | 56  | 120 | 89  | 110 | 110 | 56  | 540 | 370  | 200  | 200 | 110  | 170 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2127          | Persika                     | 6,25 | 180 | 360 | 210 | 155 | 55  | 200 | 165 | 250 | 18  | 350 | 165 | 120 | 380 | 1090 | 950  | 220 | 260  | 290 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2136          | Plommon                     | 6,25 | 135 | 175 | 140 | 50  | 33  | 140 | 50  | 135 |     | 160 | 110 | 110 | 240 | 2080 | 310  | 100 | 280  | 170 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2140          | Päron                       | 6,25 | 185 | 330 | 230 | 83  | 67  | 170 | 50  | 170 |     | 230 | 120 | 67  | 220 | 1280 | 470  | 185 | 185  | 230 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2147          | Russin                      | 6,25 | 125 | 185 | 180 | 33  | 15  | 125 | 26  | 135 | 13  | 180 | 780 | 125 | 220 | 220  | 300  | 165 | 410  | 135 |  |  |  |  |  |  |  |
| 2153          | Röda vinbär                 | 6,25 | 55  | 130 | 145 | 210 | 100 | 130 | 115 | 175 | 32  | 175 | 450 | 230 | 260 | 790  | 1320 | 190 | 210  | 210 |  |  |  |  |  |  |  |

AminosyrorpergN.xlsx

|      |  |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |
|------|--|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|-----|-----|
| 2053 | Småcitrus: clementin, mandarin, satsumas | 6,25 | 180 | 170 | 320 | 90  | 80  | 220 | 130 | 90  | 40  | 240 | 390 | 90  | 390 | 840  | 770  | 630 | 340 | 180 |
| 2155 | Vindruvor                                | 6,25 | 42  | 120 | 125 | 185 | 92  | 120 | 100 | 150 | 25  | 150 | 410 | 200 | 230 | 680  | 1170 | 170 | 185 | 270 |
| 2160 | Äpple                                    | 6,25 | 270 | 400 | 400 | 67  | 100 | 170 | 135 | 230 | 67  | 300 | 200 | 100 | 230 | 1130 | 670  | 270 | 230 | 230 |
|      | <b>Nötter</b>                            |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |
| 8401 | Cashewnötter                             | 5,3  | 250 | 450 | 280 | 93  | 97  | 270 | 170 | 200 | 83  | 360 | 600 | 140 | 240 | 520  | 1250 | 280 | 240 | 290 |
| 8402 | Hasselnötter torkade                     | 5,3  | 230 | 450 | 160 | 65  | 93  | 280 | 185 | 185 | 89  | 270 | 880 | 135 | 290 | 650  | 1440 | 280 | 210 | 270 |
| 8406 | Jordnötter torkade                       | 5,46 | 210 | 410 | 210 | 55  | 70  | 310 | 260 | 160 | 65  | 250 | 740 | 160 | 240 | 730  | 1300 | 380 | 270 | 300 |
| 8411 | Kokosflingor torkade                     | 5,3  | 210 | 390 | 230 | 100 | 110 | 270 | 160 | 190 | 62  | 320 | 870 | 125 | 270 | 520  | 1210 | 250 | 220 | 280 |
| 8416 | Paranötter                               | 5,46 | 230 | 450 | 210 | 380 | 135 | 290 | 175 | 175 | 99  | 350 | 910 | 150 | 220 | 520  | 1200 | 250 | 290 | 290 |
| 8417 | Pekannötter                              | 5,3  | 220 | 360 | 200 | 130 | 145 | 280 | 190 | 170 | 140 | 270 | 760 | 160 | 230 | 490  | 1060 | 260 | 250 | 260 |
| 8419 | Pistaschmandel                           | 5,3  | 250 | 430 | 330 | 98  | 130 | 300 | 185 | 185 | 72  | 360 | 560 | 140 | 255 | 550  | 1270 | 280 | 240 | 350 |
| 8420 | Pumpafrö eller squashfrön, torkade       | 5,3  | 270 | 450 | 400 | 120 | 65  | 260 | 220 | 195 | 93  | 430 | 870 | 150 | 250 | 540  | 930  | 390 | 220 | 250 |
| 8422 | Sesamfrön torkade, utan skal             | 5,3  | 260 | 430 | 170 | 180 | 105 | 310 | 230 | 240 | 94  | 300 | 670 | 140 | 280 | 460  | 990  | 380 | 270 | 260 |
| 8426 | Solrosfrön torkade                       | 5,3  | 270 | 390 | 220 | 115 | 105 | 270 | 160 | 220 | 82  | 310 | 560 | 150 | 260 | 570  | 1300 | 340 | 280 | 250 |
| 8427 | Sömandel torkad                          | 5,18 | 220 | 400 | 175 | 60  | 93  | 290 | 185 | 190 | 93  | 270 | 650 | 145 | 240 | 610  | 1540 | 320 | 330 | 230 |
| 8428 | Valnötter                                | 5,3  | 210 | 370 | 145 | 105 | 130 | 230 | 165 | 170 | 70  | 270 | 780 | 135 | 230 | 550  | 1040 | 280 | 200 | 290 |

AminosyrorpergN.xlsx

| <b>Potatis och rotfrukter</b> |              |      |     |     |     |    |    |     |     |     |    |     |      |     |     |      |      |     |     |     |  |
|-------------------------------|--------------|------|-----|-----|-----|----|----|-----|-----|-----|----|-----|------|-----|-----|------|------|-----|-----|-----|--|
| 3001                          | Potatis      | 6,25 | 230 | 340 | 360 | 85 | 50 | 250 | 120 | 210 | 95 | 370 | 260  | 105 | 220 | 1320 | 830  | 180 | 220 | 220 |  |
| 3101                          | Kålrot       | 6,25 | 260 | 200 | 200 | 53 | 58 | 165 | 120 | 240 | 68 | 250 | 790  | 160 | 175 | 460  | 740  | 140 |     | 185 |  |
| 3104                          | Morot        | 6,25 | 180 | 240 | 220 | 54 | 8  | 160 | 85  | 160 | 54 | 270 | 200  | 76  | 480 | 880  | 1150 | 170 | 150 | 220 |  |
| 3108                          | Palsternacka | 6,25 | 210 | 280 | 270 | 62 | 16 | 185 | 97  | 190 | 62 | 270 | 590  | 105 | 230 | 670  | 570  | 160 | 360 | 230 |  |
| 3109                          | Pepparrot    | 6,25 | 120 | 155 | 170 | 31 | 6  | 105 | 67  | 120 | 31 | 180 | 1330 | 110 | 99  | 300  | 500  | 110 | 410 | 150 |  |
| 3110                          | Rotselleri   | 6,25 | 190 | 260 | 250 | 62 | 14 | 160 | 93  | 170 | 50 | 300 | 160  | 93  | 250 | 760  | 1530 | 160 | 158 | 180 |  |
| 3111                          | Rädisor      | 6,25 | 330 | 410 | 390 | 78 | 56 | 250 | 145 | 320 | 45 | 350 | 440  | 145 | 240 | 530  | 1460 | 240 | 200 | 230 |  |
| 3120                          | Rättika      | 6,25 | 130 | 210 | 240 | 61 | 83 | 120 | 60  | 150 | 28 | 220 | 530  | 91  | 240 | 350  | 850  | 150 | 250 | 250 |  |
| 3113                          | Rödbeta      | 6,25 | 120 | 120 | 130 | 25 | 3  | 54  | 45  | 145 | 28 | 150 | 89   | 55  | 160 | 300  | 1970 | 89  | 66  | 160 |  |

AminosyrorpergN.xlsx

| Mjök, fil och ost |                             |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
|-------------------|-----------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
|                   | Glass, medelvärde           | 6,38 | 350 | 640 | 510 | 180 | 60  | 340 | 280 | 310 | 90  | 460 | 250 | 190 | 240 | 530 | 1440 | 140 | 590 | 370 |
| 8976              | Sorbet                      | 6,38 | 390 | 630 | 510 | 160 | 57  | 310 | 310 | 290 | 91  | 430 | 230 | 170 | 220 | 490 | 1340 | 140 | 620 | 350 |
| 4228              | Färmjök                     | 6,38 | 360 | 620 | 540 | 165 | 37  | 300 | 300 | 290 | 89  | 480 | 210 | 180 | 240 | 350 | 1080 | 44  |     | 520 |
| 4200              | Getmjök                     | 6,38 | 370 | 560 | 520 | 145 | 82  | 280 | 320 | 290 | 80  | 430 | 210 | 160 | 210 | 380 | 1120 | 89  | 660 | 320 |
| 4201              | Bröstmjök, mogen            | 6,38 | 340 | 640 | 410 | 79  | 165 | 230 | 240 | 290 | 130 | 350 | 210 | 145 | 240 | 580 | 1230 | 145 | 60  | 290 |
|                   | Mjök, olika fetthalter      | 6,38 | 390 | 630 | 570 | 170 | 48  | 320 | 240 | 260 | 82  | 450 | 220 | 185 | 230 | 500 | 1330 | 125 | 630 | 360 |
| M8081             | Mjök, chokladdryck          | 6,38 | 390 | 630 | 510 | 160 | 59  | 310 | 310 | 290 | 90  | 430 | 230 | 175 | 220 | 480 | 1340 | 135 | 620 | 350 |
| 4216              | Mjökpulver fett 1,5%        | 6,38 | 360 | 630 | 530 | 160 | 44  | 95  | 280 | 280 | 88  | 460 | 210 | 185 | 200 | 510 | 1370 | 130 | 640 | 380 |
| 4205              | Mjök kondenserad, konserv,  | 6,38 | 350 | 640 | 510 | 180 | 60  | 340 | 280 | 310 | 90  | 460 | 250 | 190 | 240 | 530 | 1440 | 140 | 590 | 370 |
| 4120              | Creme fraiche fett 34%      | 6,38 | 340 | 590 | 520 | 140 | 50  | 300 | 270 | 210 | 70  | 410 | 230 | 160 | 200 | 480 | 1010 | 155 | 490 | 340 |
|                   | Kaffegrädde/gräddfil        | 6,38 | 360 | 600 | 550 | 160 | 50  | 320 | 290 | 290 | 86  | 440 | 220 | 180 | 220 | 490 | 1240 | 130 | 630 | 350 |
| 4103              | Vispgrädde fett 40%         | 6,38 | 360 | 600 | 550 | 160 | 50  | 320 | 390 | 290 | 86  | 440 | 220 | 180 | 220 | 490 | 1240 | 130 | 630 | 350 |
|                   | Fil, yoghurt m fl fett: 3%  | 6,38 | 340 | 610 | 570 | 160 | 40  | 280 | 290 | 270 | 87  | 430 | 220 | 99  | 210 | 560 | 1240 | 155 | 600 | 350 |
| 4223              | Dophilus                    | 6,38 | 340 | 610 | 570 | 160 | 40  | 280 | 290 | 270 | 87  | 430 | 220 | 99  | 210 | 560 | 1240 | 155 | 600 | 350 |
| 4218              | Fruktyoghurt fett 2,5%      | 6,38 | 340 | 610 | 570 | 160 | 40  | 280 | 270 | 270 | 87  | 430 | 220 | 99  | 210 | 560 | 1240 | 155 | 600 | 350 |
| 4320              | Messmör fett 5,5%           | 6,38 | 360 | 590 | 420 | 120 | 64  | 260 | 160 | 310 | 54  | 400 | 150 | 130 | 250 | 540 | 1110 | 120 | 510 | 330 |
| 4311              | Mesost fett 17%             | 6,38 | 360 | 590 | 420 | 120 | 64  | 260 | 160 | 310 | 54  | 400 | 150 | 130 | 250 | 540 | 1110 | 120 | 510 | 330 |
| 4400              | Keso fett 4%                | 6,38 | 370 | 660 | 520 | 190 | 59  | 340 | 340 | 280 | 69  | 390 | 290 | 210 | 330 | 430 | 1380 | 140 | 750 | 360 |
| 4450              | Ost fett 10%                | 6,38 | 370 | 620 | 520 | 190 | 21  | 340 | 390 | 210 | 84  | 450 | 200 | 195 | 190 | 460 | 1350 | 130 | 730 | 370 |
| 4484              | Ost fett 17%                | 6,38 | 370 | 620 | 520 | 190 | 21  | 340 | 390 | 210 | 84  | 450 | 200 | 195 | 190 | 460 | 1350 | 130 | 730 | 370 |
| 4486              | Ost fett 28%                | 6,38 | 330 | 580 | 485 | 180 | 22  | 310 | 350 | 210 | 82  | 430 | 185 | 180 | 185 | 400 | 1140 | 120 | 640 | 320 |
| 4487              | Ost fett 31%                | 6,38 | 330 | 580 | 485 | 180 | 22  | 310 | 350 | 210 | 82  | 430 | 185 | 180 | 185 | 400 | 1140 | 120 | 640 | 320 |
| 4461              | Ost gräddost fett 39%       | 6,38 | 330 | 580 | 485 | 180 | 22  | 310 | 350 | 210 | 82  | 430 | 185 | 180 | 185 | 400 | 1140 | 120 | 640 | 320 |
| 4462              | Camembertost fett 23%       | 6,38 | 340 | 560 | 480 | 175 | 20  | 310 | 360 | 210 | 89  | 420 | 195 | 180 | 175 | 450 | 1230 | 125 | 650 | 360 |
| 4488              | Lantbrieost fett 28%        | 6,38 | 340 | 560 | 480 | 175 | 20  | 310 | 360 | 210 | 89  | 420 | 195 | 180 | 175 | 450 | 1230 | 125 | 650 | 360 |
| 4465              | Smältost fett 7%            | 6,38 | 350 | 640 | 510 | 180 | 60  | 340 | 280 | 310 | 90  | 460 | 250 | 190 | 240 | 530 | 1440 | 140 | 590 | 370 |
| 4467              | Smältost fett 20%           | 6,38 | 350 | 640 | 510 | 180 | 60  | 340 | 280 | 310 | 90  | 460 | 250 | 190 | 240 | 530 | 1440 | 140 | 590 | 370 |
| 4493              | Parmesanost riven, fett 30% | 6,38 | 340 | 620 | 590 | 170 | 42  | 340 | 360 | 240 | 88  | 440 | 240 | 250 | 190 | 400 | 1470 | 110 | 750 | 370 |
| 4489              | Fetaost fett 25%            | 6,38 | 360 | 580 | 540 | 180 | 32  | 330 | 350 | 250 | 87  | 440 | 240 | 180 | 210 | 500 | 1270 | 130 | 660 | 370 |

AminosyrorpergN.xlsx

| <b>Kött och fågel</b> |                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
|-----------------------|----------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| <i>Fågel</i>          |                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5301                  | Ankkött              | 6,25 | 320 | 530 | 530 | 170 | 96  | 260 | 240 | 270 | 87 | 330 | 400 | 165 | 400 | 610 | 980  | 350 | 310 | 270 |
| 5302                  | Ankkött med skinn    | 6,25 | 290 | 490 | 500 | 160 | 98  | 250 | 210 | 260 | 78 | 310 | 420 | 155 | 420 | 600 | 920  | 500 | 370 | 270 |
| 5303                  | Duvkött              | 6,25 | 300 | 460 | 570 | 160 | 44  | 450 | 190 | 260 | 61 | 370 | 380 | 160 | 370 | 520 | 800  | 310 | 260 | 240 |
| 5305                  | Fasankött            | 6,25 | 350 | 530 | 570 | 180 | 80  | 240 | 210 | 310 | 87 | 450 | 380 | 250 | 380 | 610 | 920  | 280 | 230 | 270 |
| 5307                  | Gåskött              | 6,25 | 290 | 520 | 490 | 150 | 80  | 260 | 200 | 280 | 80 | 300 | 380 | 175 | 380 | 560 | 920  | 400 | 300 | 240 |
| 5309                  | Hönskött             | 6,25 | 320 | 500 | 590 | 180 | 66  | 250 | 250 | 280 | 72 | 330 | 440 | 195 | 390 | 610 | 1020 | 310 | 260 | 280 |
| 5311                  | Kalkonkött           | 6,25 | 310 | 480 | 560 | 180 | 70  | 280 | 210 | 260 | 70 | 320 | 390 | 180 | 360 | 580 | 990  | 310 | 310 | 260 |
| 5312                  | Kalkonkött med skinn | 6,25 | 300 | 460 | 540 | 170 | 65  | 230 | 230 | 260 | 66 | 310 | 420 | 180 | 380 | 570 | 950  | 360 | 280 | 260 |
| 5370                  | Kycklinghjärta       | 6,25 | 330 | 550 | 520 | 120 | 84  | 280 | 220 | 280 | 80 | 350 | 400 | 165 | 390 | 610 | 930  | 350 | 320 | 250 |
| 5313                  | Kycklingkött         | 6,25 | 310 | 450 | 510 | 165 | 84  | 240 | 200 | 260 | 69 | 300 | 390 | 185 | 370 | 560 | 910  | 410 | 310 | 220 |
| 5371                  | Kycklinglever        | 6,25 | 300 | 550 | 500 | 145 | 68  | 290 | 280 | 300 | 94 | 450 | 390 | 170 | 350 | 570 | 730  | 310 | 310 | 310 |
| <i>Gris</i>           |                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5366                  | Hjärta               | 6,25 | 300 | 570 | 520 | 160 | 110 | 280 | 210 | 280 | 72 | 330 | 420 | 160 | 400 | 570 | 1000 | 340 | 290 | 290 |
| 5203                  | Griskött: kotlett    | 6,25 | 320 | 500 | 560 | 170 | 52  | 250 | 220 | 270 | 66 | 340 | 380 | 230 | 380 | 580 | 850  | 290 | 230 | 250 |
| 5367                  | Lever                | 6,25 | 320 | 560 | 480 | 155 | 120 | 310 | 210 | 270 | 89 | 390 | 380 | 170 | 370 | 570 | 810  | 360 | 340 | 340 |
| 5368                  | Njure                | 6,25 | 260 | 510 | 510 | 130 | 71  | 290 | 230 | 250 | 86 | 390 | 370 | 146 | 360 | 510 | 700  | 380 | 310 | 280 |
| 5369                  | Tunga                | 6,25 | 330 | 590 | 650 | 185 | 230 | 320 | 230 | 320 | 75 | 410 | 540 | 190 | 510 | 690 | 1060 | 600 | 430 | 450 |
| <i>Kalv</i>           |                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5362                  | Hjärta               | 6,25 | 300 | 560 | 580 | 160 | 65  | 290 | 230 | 290 | 69 | 24  | 390 | 170 | 390 | 580 | 900  | 340 | 290 | 290 |
| 5043                  | Kalvkött: innanlår   | 6,25 | 300 | 470 | 490 | 150 | 50  | 240 | 210 | 250 | 63 | 310 | 390 | 200 | 360 | 550 | 840  | 320 | 270 | 250 |
| 5358                  | Lever                | 6,25 | 270 | 520 | 460 | 110 | 48  | 300 | 210 | 280 | 90 | 400 | 360 | 170 | 350 | 540 | 720  | 340 | 310 | 320 |
| 5360                  | Njure                | 6,25 | 240 | 490 | 460 | 130 | 78  | 260 | 230 | 260 | 78 | 360 | 390 | 145 | 360 | 540 | 680  | 390 | 290 | 290 |
| 5361                  | Tunga                | 6,25 | 250 | 420 | 540 | 140 | 53  | 230 | 180 | 240 | 68 | 300 | 350 | 135 | 340 | 490 | 720  | 360 | 280 | 230 |
| <i>Lamm</i>           |                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5351                  | Hjärta               | 6,25 | 330 | 570 | 540 | 140 | 100 | 290 | 210 | 290 | 80 | 350 | 400 | 160 | 390 | 530 | 950  | 380 | 220 | 330 |
| 5352                  | Lever                | 6,25 | 270 | 490 | 530 | 150 | 90  | 310 | 190 | 270 | 80 | 360 | 330 | 230 | 330 | 540 | 760  | 310 | 330 | 290 |
| 5353                  | Njure                | 6,25 | 260 | 490 | 510 | 130 | 90  | 310 | 200 | 270 | 80 | 350 | 350 | 220 | 330 | 550 | 770  | 370 | 350 | 300 |

AminosyrorpergN.xlsx

|       |                                      |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
|-------|--------------------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| 5354  | Tunga                                | 6,25 | 290 | 440 | 660 | 110 | 90  | 220 | 190 | 260 | 80 | 300 | 370 | 250 | 330 | 540 | 980  | 350 | 330 | 260 |
| 5009  | Lamm stek rå                         | 6,25 | 310 | 510 | 570 | 160 | 53  | 250 | 250 | 270 | 58 | 340 | 420 | 180 | 390 | 570 | 920  | 330 | 290 | 250 |
|       | <b>Nöt</b>                           |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5108  | Nötkött: högrev                      | 6,25 | 300 | 480 | 520 | 160 | 44  | 240 | 210 | 270 | 69 | 330 | 380 | 220 | 380 | 550 | 890  | 320 | 260 | 250 |
| 5363  | Lever                                | 6,25 | 270 | 490 | 530 | 150 | 90  | 310 | 190 | 270 | 80 | 360 | 330 | 230 | 330 | 540 | 760  | 310 | 330 | 290 |
| 5364  | Njure                                | 6,25 | 250 | 530 | 440 | 130 | 77  | 270 | 230 | 260 | 81 | 360 | 420 | 150 | 390 | 570 | 690  | 420 | 300 | 300 |
| 5365  | Tunga                                | 6,25 | 260 | 500 | 590 | 16  | 60  | 260 | 210 | 290 | 58 | 340 | 410 | 160 | 270 | 560 | 910  | 370 | 370 | 270 |
|       | <b>Övrigt kött och köttprodukter</b> |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
| 5030  | Hästkött                             | 6,25 | 290 | 460 | 500 | 140 | 42  | 220 | 200 | 200 | 64 | 290 | 370 | 230 | 370 | 580 | 800  | 350 | 260 | 250 |
| 5080  | Kaninkött                            | 6,25 | 350 | 520 | 630 | 190 | 47  | 260 | 266 | 310 | 80 | 370 | 430 | 190 | 380 | 620 | 1010 | 330 | 250 | 260 |
| 5154  | Renskov fryst                        | 6,25 | 310 | 570 | 600 | 195 | 78  | 280 | 240 | 290 |    | 330 | 420 | 220 | 400 | 660 | 1060 | 300 | 240 | 240 |
| 5180  | Rådjurskött                          | 6,25 | 320 | 500 | 570 | 170 | 80  | 280 | 240 | 290 | 80 | 330 | 420 | 230 | 400 | 600 | 1080 | 350 | 320 | 280 |
| 5503  | Blodpudding eller blodkorv, fett 14% | 6,25 | 150 | 510 | 470 | 75  | 46  | 370 | 115 | 170 | 52 | 410 | 330 | 230 | 440 | 530 | 770  | 580 | 520 | 270 |
| 5511  | Falukorv fett 23%                    | 6,25 | 260 | 440 | 450 | 120 | 39  | 220 | 190 | 230 | 50 | 310 | 330 | 150 | 430 | 490 | 830  | 610 | 490 | 270 |
| 5514  | Fläskkorv kokt                       | 6,25 | 260 | 410 | 410 | 130 | 110 | 250 | 160 | 240 | 80 | 300 | 370 | 170 | 370 | 490 | 1150 | 460 | 510 | 270 |
| S5253 | Hamburgare stekt, fryst              | 6,25 | 290 | 460 | 500 | 140 | 42  | 220 | 200 | 200 | 64 | 290 | 370 | 230 | 370 | 580 | 800  | 350 | 260 | 250 |
| 5527  | Varmkorv grillad                     | 6,25 | 270 | 460 | 530 | 125 | 39  | 230 | 180 | 230 | 53 | 330 | 360 | 145 | 390 | 510 | 840  | 560 | 480 | 270 |

AminosyrorpergN.xlsx

| Fisk och skaldjur |                                  |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|-------------------|----------------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 5700              | Ansjovis eller Skarpsill, inlagd | 6,25 | 330 | 490 | 500 | 190 | 20  | 270 | 230 | 260 | 65 | 370 | 330 | 140 | 360 | 590 | 700 | 370 | 250 | 240 |
| 5701              | Böckling                         | 6,25 | 310 | 500 | 610 | 200 | 70  | 250 | 220 | 290 | 65 | 370 | 350 | 140 | 400 | 630 | 840 | 280 | 230 | 270 |
| 5704              | Fiskbullar konserv, utan buljon  | 6,25 | 330 | 500 | 580 | 200 | 40  | 270 | 260 | 290 | 83 | 390 | 350 | 140 | 330 | 610 | 930 | 250 | 270 | 310 |
| 5853              | Hummer, konserv eller kokt       | 6,25 | 290 | 540 | 490 | 180 | 80  | 250 | 230 | 290 | 70 | 300 | 520 | 120 | 420 | 680 | 980 | 410 | 270 | 320 |
| 5606              | Hälleflundra                     | 6,25 | 320 | 500 | 610 | 200 | 60  | 250 | 300 | 280 | 59 | 360 | 380 | 150 | 390 | 680 | 980 | 270 | 210 | 300 |
| 5608              | Kolja                            | 6,25 | 330 | 530 | 610 | 180 | 70  | 260 | 220 | 300 | 70 | 360 | 400 | 180 | 430 | 650 | 950 | 290 | 260 | 310 |
| 5854              | Krabba kokt                      | 6,25 | 290 | 540 | 490 | 180 | 80  | 250 | 230 | 290 | 70 | 300 | 520 | 120 | 420 | 680 | 980 | 410 | 270 | 320 |
| 5851              | Kräfta                           | 6,25 | 290 | 540 | 490 | 180 | 80  | 250 | 230 | 290 | 70 | 300 | 520 | 120 | 420 | 680 | 980 | 410 | 270 | 320 |
| 5611              | Lax                              | 6,25 | 320 | 500 | 560 | 200 | 43  | 270 | 210 | 290 | 65 | 370 | 340 | 150 | 380 | 600 | 790 | 300 | 190 | 230 |
| 5715              | Lax kallrökt                     | 6,25 | 310 | 460 | 540 | 240 | 55  | 250 | 210 | 270 | 60 | 380 | 510 | 170 | 350 | 580 | 760 | 290 | 220 | 240 |
| 5612              | Makrill                          | 6,25 | 310 | 470 | 550 | 180 | 49  | 250 | 220 | 270 | 66 | 370 | 360 | 280 | 370 | 590 | 740 | 290 | 210 | 250 |
| 5807              | Musslor konserv, utan lag        | 6,25 | 300 | 480 | 500 | 170 | 100 | 260 | 260 | 290 | 80 | 390 | 470 | 150 | 350 | 700 | 880 | 320 | 260 | 320 |
| 5803              | Ostron                           | 6,25 | 300 | 480 | 500 | 170 | 100 | 260 | 260 | 290 | 80 | 390 | 470 | 150 | 350 | 700 | 880 | 320 | 260 | 320 |
| 5602              | Regnbåge eller renbågslax        | 6,25 | 320 | 500 | 560 | 200 | 43  | 270 | 210 | 290 | 65 | 370 | 340 | 150 | 380 | 600 | 790 | 300 | 190 | 230 |
| 5859              | Räkor kokta                      | 6,25 | 290 | 540 | 490 | 180 | 80  | 250 | 230 | 290 | 70 | 300 | 520 | 120 | 420 | 680 | 980 | 410 | 270 | 320 |
| 5614              | Rödspätta                        | 6,25 | 280 | 440 | 520 | 180 | 53  | 230 | 210 | 260 | 58 | 320 | 410 | 140 | 410 | 640 | 770 | 590 | 290 | 310 |
| 5717              | Sardiner konserv, i olja         | 6,25 | 290 | 430 | 440 | 180 | 40  | 247 | 190 | 245 | 59 | 330 | 352 | 250 | 332 | 550 | 720 | 350 | 230 | 240 |
| 5718              | Sardiner konserv, i tomatsås     | 6,25 | 300 | 460 | 520 | 180 | 40  | 240 | 240 | 270 | 60 | 360 | 350 | 210 | 370 | 590 | 710 | 320 | 230 | 250 |
| 5603              | Sej fryst                        | 6,25 | 330 | 530 | 610 | 180 | 70  | 260 | 220 | 300 | 70 | 360 | 400 | 180 | 430 | 650 | 950 | 290 | 260 | 310 |
| 5615              | Sik                              | 6,25 | 330 | 530 | 610 | 180 | 70  | 260 | 220 | 300 | 70 | 360 | 400 | 180 | 430 | 650 | 950 | 290 | 260 | 310 |
| 5617              | Sill                             | 6,25 | 300 | 510 | 600 | 190 | 55  | 240 | 210 | 280 | 65 | 370 | 360 | 180 | 400 | 610 | 800 | 310 | 230 | 270 |
| 5619              | Strömming                        | 6,25 | 300 | 510 | 600 | 195 | 54  | 240 | 210 | 280 | 63 | 370 | 360 | 180 | 400 | 610 | 800 | 310 | 230 | 270 |
| 5722              | Tonfisk konserv i olja           | 6,25 | 330 | 470 | 570 | 180 | 43  | 250 | 220 | 270 | 70 | 370 | 350 | 310 | 380 | 570 | 780 | 270 | 210 | 240 |
| 5622              | Torsk                            | 6,25 | 290 | 450 | 550 | 190 | 45  | 230 | 220 | 250 | 57 | 320 | 360 | 120 | 360 | 610 | 840 | 290 | 190 | 250 |
| 5680              | Torskrom, sillrom m fl, rå       | 6,25 | 340 | 530 | 490 | 150 | 52  | 230 | 240 | 230 | 70 | 400 | 320 | 130 | 410 | 410 | 690 | 210 | 330 | 380 |
| 5623              | Vitling                          | 6,25 | 330 | 530 | 610 | 180 | 70  | 260 | 220 | 300 | 70 | 360 | 400 | 180 | 430 | 650 | 950 | 290 | 260 | 310 |
| 5624              | Ål                               | 6,25 | 280 | 430 | 590 | 170 | 50  | 240 | 210 | 270 | 60 | 330 | 360 | 210 | 380 | 550 | 820 | 380 | 250 | 350 |

AminosyrerpergN.xlsx

|      |            |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
|------|------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
|      | <b>Ägg</b> |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |     |     |     |     |
| 5903 | Ägg        | 6,25 | 360 | 570 | 490 | 220 | 130 | 350 | 280 | 300 | 89 | 470 | 410 | 160 | 380 | 670 | 760 | 230 | 250 | 490 |
| 5904 | Äggula     | 6,25 | 340 | 550 | 500 | 160 | 90  | 270 | 280 | 310 | 78 | 410 | 430 | 160 | 330 | 600 | 660 | 195 | 250 | 530 |
| 5905 | Äggvita    | 6,25 | 390 | 580 | 490 | 270 | 160 | 410 | 280 | 300 | 96 | 530 | 390 | 160 | 430 | 750 | 840 | 250 | 250 | 470 |

AminosyrorpergN.xlsx

| <b>Spannmål och bröd</b>   |                                     |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |
|----------------------------|-------------------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|-----|-----|
| <b>Mjöl och gryn</b>       |                                     |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |
| 6001                       | Bovete, hela eller krossade korn    | 5,83 | 250 | 430 | 380 | 110 | 120 | 270 | 150 | 230 | 110 | 360 | 490 | 150 | 300 | 560  | 880  | 390 | 240 | 300 |
| 6002                       | Bovetemjöl ljust                    | 5,83 | 250 | 430 | 380 | 110 | 120 | 270 | 150 | 230 | 110 | 360 | 490 | 150 | 300 | 560  | 880  | 390 | 240 | 300 |
| 6150                       | Corn Flakes                         | 6,25 | 240 | 990 | 48  | 140 | 81  | 330 | 170 | 190 | 29  | 330 | 140 | 180 | 530 | 340  | 1340 | 190 | 670 | 310 |
| 6304                       | Grahamsmjöl                         | 5,83 | 230 | 410 | 200 | 93  | 96  | 280 | 160 | 190 | 80  | 310 | 300 | 145 | 250 | 330  | 1610 | 260 | 570 | 300 |
| 6050                       | Havregryn ångpreparerade            | 5,83 | 250 | 450 | 260 | 100 | 170 | 330 | 190 | 210 | 82  | 370 | 400 | 140 | 310 | 520  | 1320 | 340 | 330 | 340 |
| 6080                       | Hirs, hela eller krossade korn      | 5,83 | 240 | 550 | 160 | 140 | 110 | 280 | 190 | 195 | 75  | 290 | 270 | 125 | 390 | 410  | 1440 | 200 | 430 | 270 |
| 6308                       | Kalaspuffar                         | 5,83 | 250 | 420 | 160 | 100 | 115 | 300 | 180 | 180 | 90  | 280 | 280 | 150 | 220 | 330  | 1970 | 230 | 610 | 320 |
| 6100                       | Korngryn eller kornflingor, ångprep | 5,83 | 260 | 470 | 220 | 100 | 130 | 340 | 170 | 210 | 84  | 360 | 280 | 150 | 250 | 340  | 1500 | 230 | 760 | 300 |
| 6101                       | Kornmjöl fullkorn                   | 5,83 | 260 | 470 | 220 | 100 | 130 | 340 | 170 | 210 | 84  | 360 | 280 | 150 | 250 | 340  | 1500 | 230 | 760 | 300 |
| 6152                       | Majsmjöl polenta                    | 6,25 | 230 | 780 | 170 | 120 | 100 | 310 | 240 | 230 | 40  | 300 | 260 | 170 | 470 | 390  | 1180 | 230 | 560 | 310 |
| 6402                       | Makaroner/Spaghetti                 | 5,7  | 260 | 440 | 130 | 93  | 80  | 320 | 110 | 160 | 62  | 290 | 230 | 140 | 200 | 270  | 2040 | 210 | 740 | 300 |
| 6302                       | Mannagryn                           | 5,7  | 240 | 430 | 130 | 86  | 89  | 310 | 130 | 155 | 67  | 290 | 150 | 130 | 190 | 410  | 2060 | 220 | 790 | 290 |
| 6452                       | Potatismjöl eller potatisgryn       | 6,25 | 240 | 340 | 380 | 82  | 49  | 250 | 120 | 200 | 99  | 510 | 280 | 100 | 220 | 1310 | 770  | 180 | 240 | 230 |
| 6208                       | Ris parboiled                       | 5,95 | 260 | 460 | 220 | 140 | 91  | 310 | 170 | 200 | 84  | 390 | 450 | 130 | 350 | 530  | 900  | 270 | 270 | 300 |
| 6202                       | Ris, puffat rostat                  | 5,95 | 320 | 500 | 250 | 180 | 100 | 250 | 330 | 300 | 89  | 390 | 490 | 180 | 250 | 550  | 960  | 350 | 250 | 270 |
| 6215                       | Rismjöl                             | 5,95 | 270 | 510 | 230 | 160 | 76  | 320 | 230 | 200 | 80  | 410 | 480 | 150 | 360 | 550  | 950  | 280 | 270 | 340 |
| 6251                       | Rågmjöl fullkorn                    | 5,83 | 230 | 400 | 250 | 92  | 99  | 280 | 150 | 220 | 72  | 340 | 330 | 150 | 280 | 430  | 1310 | 280 | 530 | 280 |
| 6301                       | Vetegroddar                         | 5,8  | 210 | 420 | 150 | 99  | 160 | 280 | 190 | 170 | 70  | 280 | 290 | 130 | 230 | 310  | 1710 | 250 | 660 | 330 |
| 6303                       | Vetekli                             | 6,31 | 210 | 410 | 270 | 100 | 170 | 260 | 200 | 220 | 80  | 310 | 490 | 190 | 350 | 510  | 1280 | 400 | 390 | 300 |
| 6306                       | Vetemjöl                            | 5,7  | 240 | 430 | 140 | 90  | 100 | 300 | 135 | 160 | 65  | 280 | 220 | 135 | 190 | 250  | 1950 | 210 | 670 | 300 |
| <b>Bröd, kakor och kex</b> |                                     |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |     |
| 6770                       | Grahamsbröd                         | 6,25 | 240 | 420 | 180 | 90  | 90  | 280 | 125 | 160 | 72  | 300 | 280 | 130 | 220 | 350  | 1780 | 250 | 590 | 300 |
| 6552                       | Grahamsskorpor                      | 5,85 | 230 | 410 | 200 | 93  | 96  | 280 | 160 | 190 | 80  | 310 | 300 | 145 | 250 | 330  | 1610 | 260 | 570 | 300 |
| 6707                       | Långfranska eller småfranska        | 5,7  | 250 | 430 | 140 | 93  | 110 | 300 | 135 | 170 | 60  | 390 | 230 | 130 | 190 | 280  | 1840 | 240 | 660 | 300 |
| 6856                       | Mariekek                            | 6,25 | 250 | 430 | 89  | 89  | 79  | 300 | 120 | 170 | 57  | 300 | 200 | 140 | 200 | 280  | 2060 | 240 | 680 | 320 |
| 6857                       | Maräng                              | 6,25 | 390 | 580 | 490 | 270 | 160 | 410 | 280 | 300 | 96  | 530 | 390 | 160 | 430 | 750  | 840  | 250 | 250 | 470 |
| 6852                       | Pepparkakor                         | 6,25 | 240 | 430 | 140 | 90  | 100 | 300 | 135 | 160 | 65  | 280 | 220 | 130 | 135 | 250  | 1950 | 210 | 670 | 300 |
| 6308                       | Rågknäcke                           | 5,83 | 230 | 400 | 250 | 92  | 99  | 280 | 150 | 220 | 72  | 340 | 330 | 150 | 280 | 430  | 1310 | 280 | 530 | 280 |

AminosyrorpergN.xlsx

|      |                    |      |     |     |     |     |     |     |     |     |    |     |     |     |     |     |      |     |     |     |
|------|--------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----|-----|-----|-----|-----|-----|------|-----|-----|-----|
| 6604 | Rågsiktsbröd       | 5,83 | 230 | 370 | 220 | 96  | 89  | 290 | 110 | 190 | 73 | 330 | 280 | 130 | 250 | 430 | 1490 | 270 | 610 | 290 |
| 6853 | Rån, fyllda        | 6,25 | 240 | 440 | 120 | 100 | 160 | 300 | 160 | 170 | 70 | 270 | 220 | 130 | 195 | 270 | 2060 | 195 | 790 | 350 |
| 6854 | Småkakor           | 6,25 | 260 | 440 | 92  | 98  | 98  | 280 | 110 | 170 | 37 | 290 | 190 | 130 | 170 | 240 | 1980 | 210 | 650 | 280 |
| 6851 | Smörgåskex         | 6,25 | 250 | 430 | 83  | 83  | 74  | 300 | 120 | 160 | 63 | 290 | 200 | 120 | 195 | 270 | 1810 | 220 | 650 | 300 |
| 6904 | Sockerkaka         | 6,25 | 300 | 470 | 270 | 130 | 110 | 320 | 150 | 185 | 69 | 340 | 270 | 140 | 250 | 410 | 1470 | 210 | 480 | 360 |
| 6504 | Vete Grahamsknäcke | 5,83 | 230 | 410 | 200 | 93  | 96  | 280 | 160 | 190 | 80 | 310 | 300 | 145 | 250 | 330 | 1610 | 260 | 570 | 300 |
| 6505 | Veteknäcke         | 5,83 | 240 | 430 | 140 | 90  | 100 | 300 | 135 | 160 | 65 | 280 | 220 | 135 | 190 | 250 | 1950 | 210 | 670 | 300 |
| 6551 | Veteskorpor        | 5,85 | 240 | 430 | 140 | 90  | 100 | 300 | 135 | 160 | 65 | 280 | 220 | 130 | 135 | 250 | 1950 | 210 | 670 | 300 |
| 6804 | Wienerbröd         | 6,25 | 270 | 440 | 160 | 105 | 98  | 290 | 125 | 185 | 55 | 300 | 290 | 130 | 220 | 350 | 1720 | 240 | 510 | 290 |

AminosyrorpergN.xlsx

|      | Övrigt                            |      |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |     |      |      |     |     |  |
|------|-----------------------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|------|-----|-----|--|
| 8550 | Buljong kött, pulver eller täring | 6,25 | 84  | 125 | 170 | 17  | 5   | 71  | 25  | 92  | 12  | 140 | 240 | 140 | 190 | 320 | 4180 | 230  | 150 | 150 |  |
| 8301 | Choklad ljus                      | 6,25 | 320 | 570 | 480 | 145 | 80  | 300 | 200 | 180 | 65  | 420 | 220 | 155 | 200 | 500 | 1140 | 150  | 600 | 340 |  |
| 8302 | Choklad mörk                      | 6,25 | 190 | 290 | 220 | 50  | 32  | 230 | 65  | 190 | 58  | 290 | 260 | 82  | 220 | 470 | 740  | 210  | 240 | 250 |  |
| 8603 | Gelatinblad eller gelatinpulver   | 6,25 | 98  | 180 | 280 | 48  | 0   | 130 | 8   | 120 | 0   | 170 | 480 | 41  | 620 | 370 | 660  | 1600 | 940 | 230 |  |
| 8650 | Jäst                              | 6,25 | 310 | 420 | 480 | 88  | 22  | 240 | 200 | 320 | 80  | 400 | 330 | 130 | 380 | 610 | 820  | 310  | 210 | 330 |  |
| 8807 | Kaffe bryggt                      | 6,25 | 110 | 250 | 20  | 90  | 30  | 160 | 100 | 80  | 80  | 170 | 0   | 70  | 180 | 290 | 910  | 230  | 170 | 70  |  |
| 8801 | Kaffe på pulver, drickfärdigt     | 6,25 | 110 | 250 | 20  | 90  | 30  | 160 | 100 | 80  | 80  | 170 | 0   | 70  | 180 | 290 | 910  | 230  | 170 | 70  |  |
| 8803 | Kakaopulver fett 20-22%           | 6,25 | 190 | 280 | 230 | 58  | 100 | 210 | 155 | 200 | 60  | 310 | 310 | 82  | 230 | 480 | 790  | 210  | 240 | 250 |  |
| 8703 | Senap svensk                      | 5,4  | 230 | 390 | 330 | 90  | 125 | 230 | 160 | 240 | 115 | 290 | 380 | 165 | 260 | 430 | 1080 | 280  | 420 | 230 |  |
| 8651 | Torrjäst                          | 6,25 | 310 | 420 | 480 | 88  | 22  | 240 | 200 | 320 | 78  | 400 | 330 | 130 | 380 | 610 | 820  | 310  | 210 | 330 |  |
|      | Öl eller pilsner                  | 6,25 | 140 | 180 | 180 | 55  |     | 140 | 92  | 150 | 91  | 240 | 180 | 120 | 290 | 340 | 920  | 270  | 830 | 190 |  |