

TÁPANYAGTÁBLÁZAT

A tápanyagtáblázatban szereplő adatok, (ha más jelölés nem szerepel) 100 g termékre vonatkoznak.

GABONÁK, MAGVAK ÉS ŐRLEMÉNYEIK

Kenyerek

Megnevezés	Energia kJ (kcal)	Fehérje g	Zsír g	Szénhidrát g
Alföldi kenyér	1050 (250)	8,8	1,5	53,1
Bakonyi barna k.	1046 (249)	8,5	0,8	50,6
Burgonyás kenyér	1080 (258)	10,8	1,7	50
Erzsébet k.	1033 (246)	7	1,4	49,9
Fehér k. (házi jellegű)	1071 (255)	8,3	0,8	52,3
Félbarna k.	1033 (246)	9,8	1	47,9
Graham k. (búza)	1142 (272)	10,1	1	54
Kukoricapelyhes kenyér	1021 (243)	7,6	1	49,6
Magvas kenyér	1252 (299)	10,8	8,4	44,6
Rozsk.	1096 (261)	8,1	0,9	53,6
Rozsos kenyér	1105 (263)	10,1	1,8	49,9
Sajtos kenyér	1079 (257)	12,1	3,5	42,5
Zsemlevekni	117 (279)	9,5	0,6	57