

TÁPANYAGTÁBLÁZAT

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

TEJ ÉS TEJTERMÉKEK

Natúr sajtok

Megnevezés	Energia kJ (kcal)	Fehérje g	Zsír g	Szénhidrát g
<i>Kemény sajtok</i>				
Ementáli, Pannónia	1655 (394)	27,8	29,4	1,5
Parmezán jellegű sajt	1617 (385)	26,8	28,9	1,6
<i>Félkemény sajtok</i>				
Anikó	1466 (349)	24,2	26	1,8
Balaton	1491 (355)	22,8	27,3	1,7
Eidami	1520 (362)	26,2	26,6	1,7
Gouda	1493 (357)	24,9	27,4	2,2
Kecskesajt	1533 (366)	21,6	29,8	2,5
Köményes	945 (225)	30,5	10	1,6
Óvári	1264 (301)	29,6	18,5	1,7
Parenycica	1663 (396)	26	30,4	1,5
Tenkes	1147 (273)	27,8	16,3	1,9
Trappista	1600 (381)	27,7	28,1	1,6
Zalai, füstölt	1499 (357)	25,2	26,6	1,7
<i>Lágy sajtok</i>				
Feta	1111 (266)	14,2	21,3	4
Göcseji cseme gesajt	1319 (314)	22,2	23,3	1,4
Lajta	1575 (375)	22,6	29,7	1,6
Mozzarella	1180 (282)	19,4	21,6	2,2
Pálpusztai	1231 (293)	22,6	21	1,4
Szekszárdi csemege	1520 (362)	26	26,8	1,5
Tea-sajt	1285 (306)	21,7	22,5	2
Tejszín krémsajt	1126 (268)	2,8	26,2	3,1
Vadász	1336 (318)	23,9	22,9	1,8
<i>Penésszel érő különleges sajtok</i>				
Camembert „Bakony”	1294 (308)	21,5	23	1,5

Camembert „Tihany”	1642 (391)	18,2	33,4	1,4
Krém fehérsajt	1058 (252)	13,4	20,6	1,4
Márványsajt	1537 (366)	20	29,7	2
Márványsajt, vajas	1970 (469)	11	45	1,3
Márványsajtkrém, tejszínes	1449 (345)	13,7	30	2,4
Rockfort	1553 (371)	21,5	30,6	2