

NÆRINGAREFNATÖFLUR - Innihald í 100 grömmum af ætum hluta

| 10. FEITMETI: SMJÖR, SMJÖRLÍKI 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 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 1201 | BORÐSMJÖRLÍKI, 40% fita, Létta | 100 | 1540 | 368 | 2,0 | 40,5 | 16,6 | 21,9 | 0 | 0,5 | 0 | 0 | 54,8 |
| 1202 | BORÐSMJÖRLÍKI, 40% fita, Sólblóma | 100 | 1530 | 365 | 3,3 | 39,5 | 6,5 | 28,8 | 1 | 0,5 | 0 | 0 | 54,7 |
| 1203 | BORÐSMJÖRLÍKI, 65% fita, Sólblóma | 100 | 2400 | 574 | 0,4 | 64,5 | 26,5 | 35,5 | 0 | 0,5 | 0 | 0 | 32,6 |
| 1204 | BORÐSMJÖRLÍKI, Olivio | 100 | 2200 | 527 | 0,2 | 59,0 | 14,0 | 44,5 | 0 | 1,0 | 0 | 0 | 38,2 |
| 1205 | BORÐSMJÖRLÍKI, Plús-3 | 100 | 2180 | 520 | 0,6 | 58,2 | 23,0 | 32,5 | 150 | 0,7 | 0,7 | 0 | 38,3 |
| 1206 | FEITI, steikingafeiti, Hafmín | 100 | 3660 | 875 | 0 | 99,0 | 35,0 | 19,4 | | 0 | | | 1,0 |
| 1207 | FEITI, steikingafeiti, KEA | 100 | 3680 | 880 | 0 | 99,5 | 20,8 | 37,1 | | 0 | | | 0,5 |
| 1208 | FEITI, steikingafeiti, Palmín | 100 | 3520 | 840 | 0 | 95,0 | 72,7 | 7,4 | | 0 | | | 5,0 |
| 1209 | HAMSATÓLG | 100 | 3460 | 828 | 1,1 | 93,1 | 46,9 | 30,9 | 66 | 0 | 0 | 0 | 4,9 |
| 1210 | HNETUSMJÖR | 100 | 2580 | 616 | 22,6 | 53,7 | 10,7 | 40,8 | 0 | 12,2 | 0 | 7,6 | 1,1 |
| 1211 | HNOÐMÖR | 100 | 3570 | 854 | 0,4 | 96,4 | 49,7 | 42,4 | 82 | 0 | 0 | 0 | 3,1 |
| 1212 | HVALSPIK | 100 | 3380 | 809 | 1,0 | 91,0 | 16,0 | 71,1 | | 0 | 0 | 0 | 7,8 |
| 1213 | JURTAOLÍA, ÍSÍÓ4, D vítamínbætt | 100 | 3700 | 884 | 0 | 100,0 | 10,8 | 84,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| 1214 | JURTAOLÍA, meðalsamsetning | 100 | 3700 | 884 | 0 | 100,0 | 12,9 | 81,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1215 | KLÍPA | 100 | 1220 | 292 | 8,0 | 27,0 | 13,9 | 9,3 | 40 | 5,0 | 0 | 0 | 58,1 |
| 1216 | KÓKOSFEITI | 100 | 3700 | 884 | 0 | 100,0 | 86,5 | 7,6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1217 | LAMBAMÖR | 100 | 3480 | 832 | 0 | 94,1 | 47,4 | 31,2 | 66 | 0 | 0 | 0 | 5,1 |
| 1218 | LÉTT OG LAGGOTT | 100 | 1630 | 389 | 7,7 | 40,0 | 19,7 | 15,0 | 40 | 1,0 | 0 | 0 | 48,6 |
| 1219 | LÉTT OG LAGGOTT, með ólífuolíu | 100 | 1630 | 388 | 7,5 | 40,0 | 19,0 | 19,0 | 40 | 1,0 | 0 | 0 | 48,6 |
| 1220 | MAÍSOLÍA | 100 | 3700 | 884 | 0 | 100,0 | 13,0 | 85,1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1221 | ÓLÍFUOLÍA | 100 | 3700 | 883 | 0 | 99,9 | 16,5 | 81,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1222 | RAPSOLÍA | 100 | 3700 | 883 | 0 | 99,9 | 10,1 | 89,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1223 | RJÓMALÍKI, á þrýstbrúsa | 100 | 1080 | 257 | 1,6 | 23,9 | 4,6 | 18,1 | 0 | 9,6 | 9,6 | 0 | 63,9 |
| 1224 | RJÓMALÍKI, úr jurtafitu | 100 | 1190 | 285 | 2,5 | 29,0 | 22,5 | 4,0 | 1 | 4,5 | 3,8 | 0 | 62,5 |
| 1225 | SMJÖR | 100 | 3040 | 726 | 0,6 | 81,5 | 45,8 | 22,6 | 236 | 0,6 | 0 | 0 | 14,8 |
| 1226 | SMJÖR, kryddsmjör | 100 | 2950 | 704 | 0,5 | 78,0 | 50,5 | 23,5 | 236 | 3,0 | 0 | | 17,2 |
| 1227 | SMJÖR, ósaltað | 100 | 3080 | 736 | 0,6 | 82,7 | 53,5 | 25,0 | 236 | 0,6 | 0 | 0 | 15,7 |
| 1228 | SMJÖR, sérsaltað | 100 | 3080 | 736 | 0,6 | 82,7 | 53,5 | 25,0 | 236 | 0,6 | 0 | 0 | 15,7 |
| 1229 | SMJÖRLÍKI, Akra | 100 | 3040 | 727 | 0,1 | 82,0 | 37,1 | 40,3 | 100 | 0,4 | 0 | 0 | 15,7 |
| 1230 | SMJÖRLÍKI, fljótandi, Akra | 100 | 3030 | 725 | 0 | 82,0 | 8,3 | 73,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,5 |

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

| 10. FEITMETI: SMJÖR, SMJÖRLÍKI 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 |
| 1201 | BORÐSMJÖRLÍKI, 40% fita, Létta | 50 | 0 | 4,90 | 0,01 | 0,02 | 1 | 0 | 15 | 600 | 51 | 0,09 |
| 1202 | BORÐSMJÖRLÍKI, 40% fita, Sólblóma | 50 | 0 | 4,90 | 0,01 | 0,02 | 1 | 0 | 15 | 529 | 51 | 0,09 |
| 1203 | BORÐSMJÖRLÍKI, 65% fita, Sólblóma | 50 | 0 | 4,90 | 0,01 | 0,02 | 1 | 0 | 15 | 700 | 51 | 0,09 |
| 1204 | BORÐSMJÖRLÍKI, Olivio | 900 | 8,00 | 10,00 | 0,01 | 0,02 | 0 | 0 | 15 | 400 | 51 | 0 |
| 1205 | BORÐSMJÖRLÍKI, Plús-3 | 362 | 7,50 | 4,00 | 0,02 | 0,09 | 0 | 0 | 70 | 480 | 116 | 0,09 |
| 1206 | FEITI, steikingafeiti, Hafmín | | | | | | | | | | | |
| 1207 | FEITI, steikingafeiti, KEA | | | | | | | | | | | |
| 1208 | FEITI, steikingafeiti, Palmín | | | | | | | | | | | |
| 1209 | HAMSATÓLG | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 6 | 323 | 19 | 0 |
| 1210 | HNETUSMJÖR | 0 | 0 | 4,70 | 0,17 | 0,10 | 53 | 0 | 37 | 350 | 700 | 2,10 |
| 1211 | HNOÐMÖR | | | | | | | 0 | 4 | 24 | 14 | 0 |
| 1212 | HVALSPIK | 1200 | 0,90 | | 0,03 | 0,04 | | 0 | 0 | 25 | | 0,50 |
| 1213 | JURTAOLÍA, ÍSÍÓ4, D vítamínbætt | 3 | 5,00 | 80,00 | | | | | | | | |
| 1214 | JURTAOLÍA, meðalsamsetning | 0 | 0 | 16,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1215 | KLÍPA | 950 | 7,50 | 2,50 | 0,02 | 0,09 | 0 | 0 | 60 | 1100 | 20 | 0,04 |
| 1216 | KÓKOSFEITI | 0 | 0 | 0,60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1217 | LAMBAMÖR | 0 | 0 | 0,90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 19 | 3 | 0 |
| 1218 | LÉTT OG LAGGOTT | 955 | 7,50 | 2,50 | 0,02 | 0,09 | 1 | 0 | 70 | 724 | 116 | 0,10 |
| 1219 | LÉTT OG LAGGOTT, með ólífuolíu | 758 | 4,00 | 2,50 | 0,02 | 0,09 | 1 | 0 | 70 | 724 | 116 | 0,10 |
| 1220 | MAÍSOLÍA | 0 | 0 | 19,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,03 |
| 1221 | ÓLÍFUOLÍA | 4 | 0 | 11,90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,40 |
| 1222 | RAPSOLÍA | 0 | 0 | 23,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1223 | RJÓMALÍKI, á þrýstbrúsa | 9 | 0 | 1,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 | 50 | 0 | 0 |
| 1224 | RJÓMALÍKI, úr jurtafitu | 1 | 0 | 0,40 | 0,03 | 0,10 | 1 | 0 | 86 | 30 | 112 | 0 |
| 1225 | SMJÖR | 820 | 0,70 | 2,80 | 0,01 | 0,04 | 3 | 0 | 17 | 512 | 52 | 0,04 |
| 1226 | SMJÖR, kryddsmjör | 820 | 0,70 | | 0,01 | 0,04 | | | 17 | 511 | 52 | 0,04 |
| 1227 | SMJÖR, ósaltað | 820 | 0,70 | 2,80 | 0,01 | 0,04 | 3 | 0 | 17 | 7 | 52 | 0,04 |
| 1228 | SMJÖR, sérsaltað | 820 | 0,70 | 2,80 | 0,01 | 0,04 | 3 | 0 | 17 | 984 | 52 | 0,04 |
| 1229 | SMJÖRLÍKI, Akra | 950 | 7,50 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 500 | 15 | 1,10 |
| 1230 | SMJÖRLÍKI, fljótandi, Akra | 900 | 7,50 | 22,00 | | | | 0 | | 393 | | |

NÆRINGAREFNATÖFLUR - Innihald í 100 grömmum af ætum hluta

| 10. FEITMETI: SMJÖR, SMJÖRLÍKI 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 | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| 1231 | SMJÖRLÍKI, Flórusmjörlíki | 100 | 3040 | 726 | 0,1 | 82,0 | 37,1 | 40,3 | 100 | 0 | 0 | 0 | 14,3 |
| 1232 | SMJÖRLÍKI, hrærismjörlíki | 100 | 2960 | 708 | 0,1 | 80,0 | 25,5 | 35,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 18,2 |
| 1233 | SMJÖRLÍKI, Jurtasmjörlíki | 100 | 3020 | 721 | 0,1 | 81,5 | 29,6 | 30,5 | | 0 | 0 | 0 | 14,3 |
| 1234 | SMJÖRLÍKI, Kjarnasmjörlíki | 100 | 2990 | 716 | 0,1 | 80,7 | 22,4 | 28,2 | 0 | 0,4 | 0 | 0 | 14,3 |
| 1235 | SMJÖRLÍKI, Ljóma | 100 | 3010 | 718 | 0,1 | 81,0 | 37,5 | 39,8 | 0 | 0,4 | 0 | 0 | 14,3 |
| 1236 | SMJÖRLÍKI, meðalsamsetning | 100 | 2970 | 710 | 0,1 | 80,0 | 34,4 | 37,8 | 23 | 0,4 | 0 | 0 | 17,8 |
| 1237 | SMJÖRLÍKI, MH | 100 | 2990 | 714 | 0,1 | 80,7 | 22,4 | 28,2 | 0 | 0 | 0 | 0 | 16,2 |
| 1238 | SMJÖRLÍKI, Olivía | 100 | 2960 | 708 | 0,1 | 80,0 | 25,6 | 34,0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 17,2 |
| 1239 | SMJÖRLÍKI, rúllusmjörlíki | 100 | 2970 | 710 | 0,1 | 80,0 | 25,3 | 33,8 | 0 | 0,5 | 0 | 0 | 18,4 |
| 1240 | SMJÖRLÍKI, stóreldhúsasmjörlíki | 100 | 2980 | 712 | 0,1 | 80,5 | 26,0 | 22,8 | | | | | 17,7 |
| 1241 | SMJÖRLÍKI, súperrúlla | 100 | 2890 | 690 | 0,1 | 78,0 | 29,5 | 40,2 | | | | | 20,2 |
| 1242 | SMJÖRLÍKISOLÍA | 100 | 3610 | 862 | 0,5 | 97,0 | 11,0 | 79,0 | 0 | 0,5 | 0 | 0 | 0,3 |
| 1243 | SMJÖRVI | 100 | 3000 | 716 | 0,6 | 80,5 | 38,6 | 31,0 | 180 | 0,4 | 0 | 0 | 16,0 |
| 1244 | SMYRJA | 100 | 1540 | 368 | 2,5 | 40,0 | 12,0 | 28,0 | 0 | 1,0 | 0 | 0 | 54,5 |
| 1245 | SOJAOLÍA | 100 | 3610 | 862 | 0 | 97,5 | 14,9 | 82,4 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1246 | SOJAOLÍA, hálfhert | 100 | 3650 | 871 | 0 | 98,5 | 16,8 | 77,6 | | 0 | | | 1,5 |
| 1247 | SÓLBLÓMAOLÍA | 100 | 3660 | 875 | 0 | 99,0 | 12,2 | 88,3 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1248 | SVÍNAFITA | 100 | 2750 | 657 | 5,0 | 72,0 | 33,8 | 33,5 | 85 | 0 | 0 | 0 | 8,8 |
| 1249 | SVÍNAFITA, brædd | 100 | 3660 | 875 | 0 | 99,0 | 49,3 | 49,0 | 95 | 0 | 0 | 0 | 1,0 |
| 1250 | TÓLG, bræddur lambamör | 100 | 3700 | 883 | 0 | 99,9 | 52,9 | 34,8 | 66 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1251 | UFSALÝSI | 100 | 3700 | 883 | 0 | 99,9 | 18,4 | 70,0 | 450 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1252 | ÞORSKALÝSI | 100 | 3650 | 871 | 0 | 98,5 | 18,4 | 70,0 | 450 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1253 | ÞORSKALÝSI, krakkalýsi | 100 | 3700 | 884 | 0 | 100,0 | 20,0 | 72,0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1254 | ÞORSKALÝSISPYKKNI, með vítamínum | 100 | 3700 | 883 | 0 | 99,9 | | 0 | | 0 | 0 | 0 | 0 |

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

| 10. FEITMETI: SMJÖR, SMJÖRLÍKI 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 |
| 1231 | SMJÖRLÍKI, Flórusmjörlíki | 950 | 7,50 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 700 | 15 | 1,10 |
| 1232 | SMJÖRLÍKI, hrærismjörlíki | 0 | 0 | 2,60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 550 | 15 | 0,06 |
| 1233 | SMJÖRLÍKI, Jurtasmjörlíki | | | | | | | | | | | |
| 1234 | SMJÖRLÍKI, Kjarnasmjörlíki | 50 | 0 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 700 | 15 | 1,10 |
| 1235 | SMJÖRLÍKI, Ljóma | 1030 | 7,50 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 660 | 15 | 1,10 |
| 1236 | SMJÖRLÍKI, meðalsamsetning | 840 | 6,20 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 650 | 15 | 1,10 |
| 1237 | SMJÖRLÍKI, MH | 50 | 0 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 682 | 15 | 1,10 |
| 1238 | SMJÖRLÍKI, Olivía | 944 | 7,50 | 11,80 | 0,01 | 0,40 | 1 | 0 | 8 | 700 | 15 | 1,10 |
| 1239 | SMJÖRLÍKI, rúllusmjörlíki | 0 | 0 | 2,60 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 | 550 | 15 | 0,06 |
| 1240 | SMJÖRLÍKI, stóreldhúsasmjörlíki | | | | | | | | | | | |
| 1241 | SMJÖRLÍKI, súperrúlla | | | 7,80 | | | | | | | | |
| 1242 | SMJÖRLÍKISOLÍA | 840 | 0 | 10,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 300 | 0 | 0 |
| 1243 | SMJÖRVI | 950 | 7,50 | 6,80 | 0,01 | 0,02 | 3 | 0 | 18 | 590 | 20 | 0,20 |
| 1244 | SMYRJA | | 0 | | | | | | | 600 | | |
| 1245 | SOJAOLÍA | 0 | 0 | 11,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1246 | SOJAOLÍA, hálfhert | | | | | | | | | | | |
| 1247 | SÓLBLÓMAOLÍA | 0 | 0 | 59,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 1248 | SVÍNAFITA | 0 | 0,60 | 1,30 | 0,05 | 0,07 | 0 | 0 | 4 | 35 | 25 | 0,16 |
| 1249 | SVÍNAFITA, brædd | 0 | 0 | 1,30 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0,06 |
| 1250 | TÓLG, bræddur lambamör | 0 | 0 | 0,90 | 0 | 0 | 0 | 0 | 3 | 0 | 3 | 0 |
| 1251 | UFSALÝSI | 66000 | 550,00 | 9,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0,07 |
| 1252 | ÞORSKALÝSI | 5000 | 100,00 | 100,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0,17 |
| 1253 | ÞORSKALÝSI, krakkalýsi | 2990 | 100,00 | 100,00 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,12 |
| 1254 | ÞORSKALÝSISÞYKKNI, með vítamínum | 13500 | 115,00 | | 0 | 0 | 0 | 0 | | | | |