

# CALORIE GRAFIEK

## KANT-EN-KLARE PRODUCTEN EN MAALTIJDEN (callas/100 gr.)

belangrijkste producten				Hoofdgerechten	
Naam	Calla	Naam	Calla	Naam	Calla
Wittebrood	225	GROENTE		Boekweitpap	100
Zwart brood	210	Aardappel	75	Griesmeelpap	160
Plantaardige olie	880	Kool	25	Pap	120
Boter	715	Boog	40	Rijstepap	145
Harde kaas	400	Bloemkool	25	Gebakken champignons	160
Room	205	Broccoli	30	Kanton Draniki	70
Melk	40	Tomaten	20	Braden	200
Rjazjenka	65	Komkommer	12	Braadpan	230
Kefir	35	Wortel	30	Schnitzels	260
Boekweit (droog)	310	Aubergine	25	Struif	220
Rijst (droog)	340	Radijs	20	Gehaktballen	280
Haverhout	365	Olijven	160	Gebakken vis	210
Boon	270	Selderij	30	Patat	190
Varken	260	Pompoen	25	Borsjt	55
Os	170	Spinazie	20	Champignonsoep	50
Kip	240	Bieslook	20	Vinaigrette	130
Margarine	745	VRUCHT		Olijfboom	160
Mayonaise	625	Verdrinken	650	Aardappelen + Varkensvlees	300
Zalm	200	Appels	50	Dumplings	160
Suiker	385	Bananen	90	Kaas croutons	295
Honing	300	Visserij	35	Sandwich Sprot	305
		Peren	55	Compote	45
		Watermeloen	30	Koffie met melk	65
		Meloen	35	Fanta	25
		Kiwi	60	Citroen Thee	40
		Ananas	50	Cacaomelk	100
		Advocaat	160	Beignet	320
		Sinaasappelen	35	Pannenkoeken	230
		Mandarijnen	30	Meringue	250
		Pinda	565	Ijs	200
		Zonnebloempitten.	580	Cake	285