

Tabela kalorii; Kalkulatory kalorii; Spalanie kalorii; Dodatki 'E'

sery

Produkt	Ilo	kcal		
Ser Brie pe	100 g	332		
Ser Cheddar pe	100 g	394,1		
Ser Edamski t	100 g	315,4		
Ser Ementaler pe	100 g	382,9		
Ser Gouda	100 g	318,1		
Ser My	100 g	349		
Ser Rokpol pe	100 g	366,2		
Ser Salami pe	100 g	354,1		
Ser Tyl	100 g	355,9		
Ser Tyl	100 g	336,6		
Ser twarogowy chudy	100 g	97,7		
Ser twarogowy p	100 g	131,1		
Ser twarogowy t	100 g	175,7		
Serek twarogowy homogenizowany	100 g	161,8		
Serek twarogowy truskawkowy	100 g	167,1		
Serek twarogowy waniliowy	100 g	158,2		
Serek twarogowy ziarnisty	100 g	101,1		
Serek typu Fromage naturalny	100 g	384,3		
Serek typu Fromage z czosnkiem	100 g	373,6		
Ser topiony Edamski	100 g	301,8		