

Fisk och skaldjur 2018

Analys av näringsämnen



Denna titel kan laddas ner från: www.livsmedelsverket.se/bestall-ladda-ner-material/.

Citera gärna Livsmedelsverkets texter, men glöm inte att uppgge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovsmannens tillstånd att använda dem.

© Livsmedelsverket, 2019.

Författare: Cecilia Axelsson, Jessica Petrelius Sipinen.

Rekommenderad citering:

Livsmedelsverket. Axelsson, C.; Petrelius Sipinen, J. 2019. Fisk och skaldjur 2018 Analys av näringsämnen.

Livsmedelsverkets PM. Uppsala.

ISSN 1104-7089

Omslag: Livsmedelsverket

Innehåll

Förkortningar.....	6
Sammanfattning.....	7
Summary	8
Nutrient analyses of fish and shellfish 2018	8
Provtagning	9
Analysprojekt.....	9
Livsmedelsurval	9
Kartläggning.....	9
Provantal	10
Inköp.....	10
Provhantering.....	10
Provberedning.....	11
Analyser	11
Pooling.....	11
Referenser	14
Bilagor.....	15
Bilaga 1. Beräkningar och omräkningsfaktorer	16
Bilaga 2. Analysmetoder.....	17
Tabell 1. Analysmetoder.....	17
Bilaga 3. Analysresultat	19
Bilaga 4. FoodEx2 koder	38

Förkortningar

konserv. konserverad

m. med

u. utan

Sammanfattning

Livsmedelsverket genomför varje år ett eller flera analysprojekt där relevanta näringsämnen och komponenter i livsmedel analyseras. Detta är en del i det kontinuerliga arbetet med att uppdatera den svenska livsmedelsdatabasen. Under 2018 utfördes totalt tre analysprojekt varav ett handlade om fisk och skaldjur och är det som kommer att beskrivas här. Totalt analyserades 21 livsmedelsprover i projektet. I följande rapport beskrivs vilka livsmedel som analyserades, hur de valdes ut samt hur provtagning, provberedning och analyser gick till. Analysresultaten tillsammans med skattade och beräknade värden finns sammanställda i Bilaga 3. De går även att hitta i Livsmedelsverkets webbaserade tjänst "Sök näringsinnehåll".

Summary

Nutrient analyses of fish and shellfish 2018

The Swedish Food Agency carries out one or several analysis projects each year in which relevant nutrients and components in foods are analysed. This is a part of the ongoing work with updating the Swedish Food Composition Database. In 2018, three projects were carried out and the “Fish and shellfish” project is presented in this report. In total, 21 food samples were analysed in the project. This report describes the foods analysed, how they were selected and sampled, sample preparation and how analyses were conducted. The results of the analyses, together with estimated and calculated values, are compiled in Appendix 3. The values are also available on the Swedish Food Agency’s website.

N.B. The title of the publication is translated from Swedish, however no full version of the publication has been produced in English.

Provtagning

Analysprojekt

Arbetet med att uppdatera den svenska livsmedelsdatabasen pågår kontinuerligt och som ett led i det genomför Livsmedelsverket varje år ett eller flera analysprojekt där relevanta näringsämnen och komponenter i livsmedel analyseras. Varje år analyseras cirka 35 livsmedel och för att välja ut vilka livsmedel som skall analyseras används nyckellivsmedel (Lundberg-Hallén, 2015). Nyckellivsmedel är framtagna från tidigare nationella matvaneundersökningar och är de livsmedel som i matvaneundersökningarna bidragit mest till intaget av energi och näringsämnen. En mindre andel av analyserna varje år används också för livsmedel som det finns ett behov av. Det kan till exempel röra sig om livsmedel som behövs inför kommande matvaneundersökningar, nya eller förändrade produkter på marknaden och livsmedel där det finns en stor efterfrågan hos användarna.

Livsmedelsurval

Urvalet av de livsmedel som skulle ingå i detta projekt utgick ifrån nyckellivsmedel framtagna från de två nationella matvaneundersökningarna Riksmaten vuxna och Riksmaten ungdom (Amcoff, 2012, Warensjö Lemming, 2018, Moraeus, 2018). Från Riksmaten ungdom ingick även komponenter i nyckellivsmedel. Ett livsmedel kan vara sammansatt av flera olika livsmedel/komponenter, exempelvis delas en "Ostmörgås" in i komponenterna bröd, smör, ost och tomat. Dessutom ingick livsmedel som behövs inför kommande matvaneundersökning, nya produkter på marknaden och livsmedel med en stor efterfrågan hos användarna av livsmedelsdatabasen.

De flesta prover som analyserades är generiska vilket innebär att de innehåller flera olika varumärken av produkter från samma livsmedelskategori. Undantag är de livsmedelskategorier där det enbart fanns produkter från ett varumärke.

Kartläggning

Genom att titta på inköpt försäljningsstatistik och besöka butiker gjordes en bedömning av vilka kriterier som skulle gälla för att en produkt skulle få ingå i analyserna. Besöken gjordes i butiker från de fyra största kedjorna utifrån marknadsandelarna i Sverige 2017: Ica, Coop, Axfood och Bergendahls. Totalt stod dessa kedjor för 93 % av marknaden enligt dagligvarukartan 2017 (DLF, 2017). I butikerna gjordes en uppskattning över hyllandelar för de aktuella livsmedelsgrupperna följt av en poängsättning där den produkt som hade flest hyllandelar fick 10 poäng följt av den som hade näst flest hyllandelar som fick 9 poäng och så vidare. Poängen viktades därefter utifrån den procentuella andelen av marknaden som respektive butik hade. Slutligen gjordes en individuell bedömning utifrån varje livsmedelsgrupp som vägdes samman med uppgifter om försäljningsstatistik och ett beslut om vilka produkter som skulle ingå i respektive analys togs.

När det gäller lax så är i stort sett all lax som säljs i svenska butiker odlad i Norge och därför kontaktades det norska havsforskningsinstitutet (tidigare NIFES) angående urval och provberedning för provet som skulle representera odlad lax. Fodret som fiskarna får speglar näringsvärdet i fisken och framför allt fettsyror. Fodret köps oftast in utifrån aktuellt pris och det kan därför variera såväl

mellan fiskodlingar som inom enskilda fiskodlingar. Därför togs beslutet om att köpa in lax i butik och inte direkt från fiskodlingar.

Provantal

Näringsvärden kan skilja sig åt mellan olika produkter och mellan olika batcher för samma produkt. Detta gör att man vill ha med olika produkter och flera batcher från de produkter som ingår i analysprovet. I de fall det finns tidigare utförda analyser kan man genom att titta på de tidigare skillnaderna få fram det optimala antalet inköpsprover som behövs för analysen. Hur många prover som skulle ingå i analyserna beräknades med hjälp av formel (Proctor, 1998). Tidigare analysresultat hämtades ifrån det norska havsforskningsinstitutet och näringsämnen som togs i beaktande var totala andelen fettsyror, EPA+DHA, Omega 3 och vitamin D i odlad atlantisk lax och totalfett, zink och selen i kolja. Signifikansnivån sattes till 0,1 och antalet prov bestämdes till totalt 20 stycken. För att spegla näringsinnehållet togs antingen hela filéer eller filé enligt norsk standard NS 9401 (Norwegian, 1994). Fördelningen mellan produkterna inom respektive analysprov utgick ifrån resultatet från kartläggningen.

Inköp

Alla inköpen gjordes under augusti och september 2018 i Uppsala. Fisk och skaldjursutbudet är ett levande sortiment så vid inköpen, tre veckor efter kartläggning, fanns inte alltid samma produkter som vid kartläggningen i butiken. I dessa fall gjordes en individuell bedömning och beslut om ändringar fattades på plats ute i butikerna. I vissa fall utgick en produkt helt och i andra fall fick en produkt ersättas av en annan. Trots besök i flera butiker och inköpsdatum fanns heller inte alltid det antalet batch som beräknats (Proctor, 1998). I dessa fall inhandlades så många olika batcher som möjligt och minst den mängd som krävdes för analyserna (1500 g). För de färska fiskarna räknades var fisk som en batch.

Provhantering

Livsmedlen transporterades i kyllådor till livsmedelsverket där de registrerades och fick individuella journalnummer vilket gör det möjligt att i efterhand spåra exakt vilka livsmedel som ingår i varje analys. Livsmedlens förpackningar, innehållsförteckningar och näringsdeklarationer fotograferades och finns sparade. Därefter förvarades livsmedlen mörkt och i lämplig temperatur utifrån produktsort fram till dess att det var dags för provberedning. De inköpta proverna hanterades som laboratorieprover så snart de kommit till laboratoriet. Det innebär att man tar hänsyn till faktorer som kan påverka stabiliteten såsom syre, temperatur och synligt ljus av vissa våglängder. Vattenlösliga vitaminer, tokoferoler, sockerarter och karotenoider är exempel på näringsämnen som är oxidations- eller ljuskänsliga. Frysta produkter förvarades i -20 °C medan färska produkter förvarades i mörka kylrum/kylskåp med temperaturen 3-10 °C beroende på respektive krav. Konserver förvarades i rumstemperatur. Alla prover förvarades i de förpackningar de var köpta i.

Provberedning

Alla proverna bereddes i rum försett med UV-filter för att förhindra nedbrytningen av ljuskänsliga näringsämnen. Varje produkt och batch hanterades separat och använda redskap rengjordes mellan varje omgång. För att analyserna skall kunna utföras är det viktigt att proverna är finfördelade och väl blandade. En homogenisator, Tecator 1094 homogenizer, användes därför till att homogenisera proverna. Beroende på vilket prov det var skiljde sig provberedningen åt. Av kaviar, rom och surimi vägdes angiven mängd upp o lades i beredare för homogenisering. För musslor, räkor, kräftstjärtar och fiskbullar hälldes var produkt upp i ett durkslag där det fick rinna av en förbestämd tid innan uppvägningen och homogeniseringen skedde. Frysta produkter lades att tina över natt i kylskåp. Av den frysta laxen togs hela styckförpackade bitar och av koljan togs om möjligt hela filéer, annars togs bitar enligt angiven mängd. Regnbågslaxen fileades och en av filéerna vägdes och ingick i provet. Av den färska fisken som köpts i filéer vägdes hela filén upp och ingick i provet. För den färska laxen användes ett Norwegian quality cut enligt norsk standard NS 9401 (Norwegian, 1994). På den varmrökta laxen togs skinnets bort innan hela biten vägdes upp. Efter homogenisering delades proverna upp på olika burkar beroende på typ av analys.

Analyser

De flesta livsmedlen analyserades för samtliga näringsämnen som ingår i databasen. Vissa undantag gjordes för så kallade logiska nollor, dvs. näringsämnen och komponenter som biologiskt sett inte antas finnas i ett specifikt livsmedel eller som förväntas förekomma i små och för sammanhanget försumbara mängder. Som exempel förväntas fiber och vitamin C inte förekomma i ren fisk. Externa analyser utfördes av ett ackrediterat laboratorium: aska, totalfett, kväve, vatten, stärkelse, mono- och disackarider, laktos, kolesterol, fiber, alkohol, fosfor, jod, kalcium, kalium, magnesium, natrium och selen. Övriga näringsämnen analyserades internt av livsmedelsverkets kemiavdelning. Utförligare beskrivning av det interna arbetet finns att läsa på livsmedelsverkets hemsida under sektionen livsmedelsdatabasen.

Poolning

Mängden av varje produkt som skulle ingå i provet för analys beräknades utifrån kartläggningen med hänsyn tagen till faktiskt inhandlad mängd. Fördelningen i proverna visas i Tabell 1.

Tabell 1. Produktfördelning i proverna

Livsmedel	Varumärke	Procentuell andel
Mussla konserv. u. lag	Abba	41
	Limfjord	36
	ICA	23
Räka konserv. u. lag	Kosterfiskarn's lyxräkor	21
	ICA handskalade	19
	Royal Greenland	18
Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	ICA	34
	Falkeskog	30

Livsmedel	Varumärke	Procentuell andel
	Kosterfiskarn's lyxkräftor	25
	Kosterfiskarn's kräftstjärtar	11
Fiskbullar konserv. u. buljong	Abba	64
	ICA	36
Lax varmrökt urtagen	Korshags dubbelfilé	27
	Kosterfiskarn's dubbelfilé	24
	Kosterfiskarn's filé	19
	Fiskdisk Coop	12
	Fiskdisk Citygross	10
	Falkenbergs	8
Lax kallrökt	ICA	22
	ICA Basic	21
	Falkenberg	19
	Kosterfiskarn's	19
	Korshags	18
Lax gravad	ICA	38
	Korshags	36
	Kosterfiskarn's	26
Tångkaviar röd	Lysekil	89
	ICA	11
Stenbitsrom	Abba	69
	ICA	31
Sikrom Nordamerikansk	Lobster	67
	SeaSea	33
Tångkaviar påläggskaviar	Lysekils vegiar	100
Påläggskaviar original	Kalles	54
	Svennes	46
Påläggskaviar m. färskost	Kalles	100
Surimi fisk	ICA	40
	Lobster	33
	Ullmo	13
	Fisherman	7
	Coop	7
Kolja rå	Fiskdisk Citygross	51
	Fiskdisk ICA	39
	ICA fryst	5
	Coop Änglamark	2
	Findus fryst	2
Regnbågslax odlad rå	Fiskdisk ICA	49

Livsmedel	Varumärke	Procentuell andel
	Fiskdisk Coop	26
	Fiskdisk Citygross	25
Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Fiskdisk ICA	49
	Fiskdisk Coop	41
	Fiskdisk Citygross	10
Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Ullmo	39
	Findus	32
	ICA	29
Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Salma rich belly loin	56
	Salma lean back loin	17
	Fröya back loin	17
Lax vildfångad Sverige rå	Bottenviken/Bottenhavet	100
Öring Sverige höst rå	Bottenviken/Bottenhavet	100

Referenser

AMCOFF, E. 2012. Riksmaten-vuxna 2010-11: Livsmedels- och näringsintag bland vuxna i Sverige. Livsmedelsverket.

DLF, D. 2017. Dagligvarukartan 2017. HUI Research.

JONES, D. B. 1931. Factors for converting percentages of nitrogen in foods and feeds into percentages of protein. US Department of Agriculture Circular Series 183, 1-21.

LUNDBERG-HALLÉN, N., ÖHRVIK, V. 2015. Key foods in Sweden: Identifying high priority foods for future food composition analysis. Journal of food composition and analysis, 51-57.

MORAEUS, L. E. A. 2018. Riksmaten Adolescents 2016-17: A national dietary survey in Sweden- design, methods, and participation. Fodd & nutrition research.

NORWEGIAN STANDARDS ASSOCIATION. 1994. NS 9401. Atlantic salmon. Reference sampling for quality measurements. Norwegian standards association.

PROCTOR, A., MEULLENET, J.F. 1998. Sampling and sample preparation. Gaithersburg, Maryland, USA, Aspen publishers.

WARENSJÖ LEMMING, E. E. A. 2018. Riksmaten ungdom 2016-17: Livsmedelskonsumtion bland ungdomar i Sverige. Uppsala, Sweden: Livsmedelsverket.

Bilagor

Bilaga 1. Beräkningar och omräkningsfaktorer

Bilaga 2. Analysmetoder

Bilaga 3. Analysresultat

Bilaga 4. Vetenskapligt namn och FoodEx2 kod

Bilaga 1. Beräkningar och omräkningsfaktorer

Tabell 1. Beräkning av näringsvärden

Näringsvärde	Beräkning som används
Energi (kJ)	Kolhydrater*17.0 + Protein*17.0 + Fett* 37.0 + Alkohol*29.0 + Fiber *8.0
Energi (kcal)	energi (kJ)*0,239
Kolhydrater (g)	100 - (Vatten (g) + Aska (g) + Protein (g) + Fett (g) + Fiber (g) + Alkohol (g))
Protein (g)	Kväve (g)* Faktor ¹
Fettsyror (g)	faktor ² * fett totalt (g) *fettsyra i procent/100

¹Faktor för beräkning av protein från kväve utifrån Jones faktorer (Jones, 1931) ²Faktor för beräkning av andelen fettsyror av totalfett

Tabell 2. Omräkningsfaktorer

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Protein ¹	Fett ²
1237	Kolja rå	6,25	0,7
1261	Regnbågslox odlad rå	6,25	0,7
1269	Lax kallrökt	6,25	0,9
1285	Lax gravad	6,25	0,9
1288	Lax varmrökt urtagen	6,25	0,9
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	6,25	0,7
1378	Påläggskaviar original	6,25	0,7
1381	Stenbitsrom	6,25	0,7
1390	Mussla konserv. u. lag	6,25	0,7
1400	Räka konserv. u. lag	6,25	0,7
2035	Surimi fisk	6,25	0,7
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	6,25	0,9
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	6,25	0,7
6169	Sikrom Nordamerikansk	6,25	0,9
6170	Påläggskaviar m. färskost	6,38	0,945
6171	Tångkaviar röd	6,25	0,8
6172	Tångkaviar påläggskaviar	6,25	0,8
6173	Lax vildfångad Sverige rå	6,25	0,9
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	6,25	0,9
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	6,25	0,9
6478	Öring Sverige höst rå	6,25	0,9

¹Kväve till protein ²Fettsyror av totalfett

Bilaga 2. Analysmetoder

Tabell 1. Analysmetoder

Ämne	Analysmetod	Referens
all-trans-retinol	HPLC-UV/FLD	SLV-m049-f.3
Aska	Gravimetri	Intern metod, externt laboratorium
Bly	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Fett	NMR	Intern metod, externt laboratorium
Fettsyror	GC-FID	SLV-m062-f.3
Fiber	Enzymatisk metod	AOAC metod 985.29.
Folat	Mikrobiologisk analys, lactobacillus plantarum	SLV-m059-f
Fosfor	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Jod	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Järn	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Kadmium	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Kalcium	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Kalium	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Karotenoider	HPLC-DAD	SLV-m 138-f.5, SLV-m042-f.4
Kobolt	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Kolesterol	Gaskromatografi	Intern metod, externt laboratorium
Koppar	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Kväve	Kjeldahl	Kjeldahl enligt § 64 LFGB L 26.11.03-11
Magnesium	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Mangan	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Molybden	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009
Natrium	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Niacin	Mikrobiologisk analys, lactobacillus plantarum	SLV-m059-f
Riboflavin	HPLC-FLD	SLV-m058-f
Selen	ICP-SFMS	SS EN ISO 17294-1, 2 (mod), EPA metod 200.8 (mod).
Socketarter	Jonbytkromatografi	EN 12630.
Stärkelse	Hydrolys	B.S 4401 part 12:1979.

Tiamin	HPLC-FLD	SLV-m058-f
Tokoferoler	HPLC-UV	SLV-m049-f.3
Tokotrienoler	HPLC-UV	SLV-m049-f.3
Vatten	Gravimetri	Intern metod, externt laboratorium
Vitamin B ₁₂	Mikrobiologisk analys, lactobacillus delbruekii	SLV-m059-f
Vitamin B ₆	HPLC-FLD	SLV-m123-f
Vitamin D	HPLC-UV	SLV-m061-f.3
Vitamin K	HPLC	SLV-m057-f-.6
Zink	ICP-MS	SLV-m196-f baserad på NKML 186 och EN 15763:2009

Bilaga 3. Analysresultat

Tabell 1. Analysresultat makronäringsämnen per 100 gram ätlig del

Livsmedels- nummer	Livsmedelsnamn	Energi ¹ (kJ)	Energi ¹ (kcal)	Kolhydrater ¹ (g)	Fett (g)	Protein ¹ (g)	Kväve (g)	Fiber (g)	Vatten (g)	Alkohol (g)	Aska (g)
1237	Kolja rå	329	79	0	0 ²	19,4	3,10	0 ⁴	79,8	0 ⁴	1,12
1261	Regnbågslax odlad rå	443	106	0,40	3,46	18,1	2,90	0 ⁴	76,9	0 ⁴	1,10
1269	Lax kallrökt	724	173	1,30	9,78	20,0	3,20	0 ⁴	65,1	0 ⁴	3,85
1285	Lax gravad	694	166	3,10	8,72	18,8	3,00	0 ⁴	65,1	0 ⁴	4,34
1288	Lax varmrökt urtagen	921	220	0,10	14,8	21,9	3,50	0 ⁴	60,5	0 ⁴	2,69
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	300	72	5,80	2,29	6,88	1,10	0 ²	83,6	0 ⁴	1,42
1378	Påläggs-kaviar original	1732	414	15,2	35,8	8,75	1,40	0 ²	33,6	0 ⁴	6,61
1381	Stenbitsrom	350	84	2,50	3,44	10,6	1,70	0 ⁴	78,0	0 ⁴	5,41
1390	Mussla konserv. u. lag	451	108	4,70	2,27	16,9	2,70	0 ⁴	74,3	0 ⁴	1,84
1400	Räka konserv. u. lag	306	73	1,20	0,26	16,3	2,60	0 ⁴	79,2	0 ⁴	3,05
2035	Surimi fisk	439	105	23,5	0,72	0,75	0,12	0 ²	72,8	0 ⁴	2,20
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	848	203	0,70	13,4	20,0	3,20	0 ⁴	64,7	0 ⁴	1,21
6168	Kräfta kräftstjärter konserv. u. lag	296	71	0,80	0,44	15,6	2,50	0 ⁴	80,4	0 ⁴	2,72
6169	Sikrom Nordamerikansk	774	185	5,70	9,12	20,0	3,20	0 ⁴	61,4	0 ⁴	3,75
6170	Påläggs-kaviar m. färskost	1204	288	13,8	23,0	5,87	0,92	2,32	50,7	0 ⁴	4,30
6171	Tångkaviar röd	41	10	0,40	0,15	0,31	0,05	2,90 ³	90,9	0 ⁴	5,34
6172	Tångkaviar påläggs-kaviar	1251	299	16,4	25,8	0,69	0,11	0,69	49,9	0 ⁴	6,56
6173	Lax vildfångad Sverige rå	786	188	1,10	10,4	22,5	3,60	0 ⁴	64,7	0 ⁴	1,28
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	909	217	1,20	15,1	19,4	3,10	0 ⁴	63,2	0 ⁴	1,16

Livsmedels- nummer	Livsmedelsnamn	Energi ¹ (kJ)	Energi ¹ (kcal)	Kolhydrater ¹ (g)	Fett (g)	Protein ¹ (g)	Kväve (g)	Fiber (g)	Vatten (g)	Alkohol (g)	Aska (g)
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	881	210	0,30	13,9	21,3	3,40	0 ⁴	63,4	0 ⁴	1,18
6478	Öring Sverige höst rå	732	175	1,70	9,25	21,3	3,40	0 ⁴	66,4	0 ⁴	1,45

¹Beräknat av analyserade värden ²Under kvantifieringsgränsen ³Ej ackrediterad ⁴Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 2. Analysresultat kolhydrater per 100 gram ätlig del

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Glukos (g)	Fruktos (g)	Sackaros (g)	Maltos (g)	Laktos (g)	Galaktos (g)	Stärkelse (g)
1237	Kolja rå	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
1261	Regnbågslax odlad rå	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
1269	Lax kallrökt	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
1285	Lax gravad	0 ¹	0 ¹	1,30	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹
1288	Lax varmrökt urtagen	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0,26	0 ¹	5,10
1378	Påläggskaaviar original	0,12	0,11	11,8	0	0	0	6,40
1381	Stenbitsrom	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ²
1390	Mussla konserv. u. lag	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹
1400	Räka konserv. u. lag	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹
2035	Surimi fisk	0 ¹	0 ¹	3,46	0,08	0 ¹	0 ¹	10,6
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹
6169	Sikrom Nordamerikansk	0,11	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ²
6170	Påläggskaaviar m. färskost	0,14	0,11	4,76	0 ¹	1,53	0,18	0 ¹
6171	Tångkaviar röd	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ²
6172	Tångkaviar påläggskaaviar	0,11	0,09	6,70	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ²
6173	Lax vildfångad Sverige rå	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
6478	Öring Sverige höst rå	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²

¹Under kvantifieringsgränsen ²Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 3. Analysresultat vitamin A per 100 gram ätlig del

Livsmedels-nummer	Livsmedelsnamn	all-trans-retinol (µg)	α-karoten (µg)	β-karoten (µg)	β-kryptoxantin (µg)	Lykopen ³ (µg)	Lutein ³ (µg)	Zeaxantin ³ (µg)
1237	Kolja rå	0 ¹	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴
1261	Regnbågslax odlad rå	21,1	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	4,9 ²	0 ¹
1269	Lax kallrökt	5,4 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	11	3,8 ²
1285	Lax gravad	6,2 ^{2,3}	0 ¹	30	0 ¹	0 ¹	112	7
1288	Lax varmrökt urtagen	7,6 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	11	5
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	2,8 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹
1378	Påläggs-kaviar original	3,7 ^{2,3}	0 ¹	8	0 ¹	355	3,3 ²	7
1381	Stenbitsrom	6,5 ^{2,3}	0 ¹	156	0 ¹	0 ¹	0 ¹	2 ²
1390	Mussla konserv. u. lag	42,3	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴
1400	Räka konserv. u. lag	0 ¹	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴
2035	Surimi fisk	8,4 ^{2,3}	0 ¹	5	3,7 ^{2,3}	0 ¹	1,9 ²	5
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	07,2 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	6	0 ¹
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	0 ¹	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴
6169	Sikrom Nordamerikansk	14,6	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴
6170	Påläggs-kaviar m. färskost	42,2	0 ¹	84	42	198	27	55
6171	Tångkaviar röd	0 ¹	0 ¹	1580	79	0 ¹	20	111
6172	Tångkaviar påläggs-kaviar	0 ¹	0 ¹	32	0 ¹	161	55	0 ¹
6173	Lax vildfångad Sverige rå	9,1 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	3,3 ²	0 ¹
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	7,7 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	3,3 ²	0 ¹
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	7,3 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	6	0 ¹
6478	Öring Sverige höst rå	25,1	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴	0 ⁴

¹Under detektionsgränsen ²Värden under kvantifieringsgräns ³Ej ackrediterad ⁴Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 4. Analysresultat vitamin D och K per 100 gram ätlig del

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Vitamin D ₂ (µg)	Vitamin D ₃ (µg)	Vitamin K ₁ (µg)	Vitamin K ₂ (MK4) (µg)
1237	Kolja rå	0 ⁴	1,48	0 ¹	0 ¹
1261	Regnbågslox odlad rå	0 ⁴	6,68	0,54 ^{2,3}	2,1
1269	Lax kallrökt	0 ⁴	5,24	2,6	2,5
1285	Lax gravad	0 ⁴	6,18	6,2	2,1
1288	Lax varmrökt urtagen	0 ⁴	9,04	6,0	5,6
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	0 ⁴	0,28 ^{2,3}	2,6	0 ¹
1378	Påläggskaviar original	0 ⁴	1,43	36,9	0 ¹
1381	Stenbitsrom	0 ⁴	2,93	0 ¹	0 ¹
1390	Mussla konserv. u. lag	0 ⁴	0,15 ^{2,3}	1,5	7,6
1400	Räka konserv. u. lag	0 ⁴	0 ¹	0 ¹	0 ¹
2035	Surimi fisk	0 ⁴	0,46	0,89 ^{2,3}	0 ¹
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	0 ⁴	6,72	4,5	4,6
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	0 ⁴	0 ¹	2,4	0 ¹
6169	Sikrom Nordamerikansk	0 ⁴	17,1	0,6 ^{2,3}	0 ¹
6170	Påläggskaviar m. färskost	0 ⁴	0,95	18,9	0 ¹
6171	Tångkaviar röd	0 ⁴	0 ¹	0,78 ^{2,3}	0 ¹
6172	Tångkaviar påläggskaviar	0 ⁴	0,24 ^{2,3}	22,9	0 ¹
6173	Lax vildfångad Sverige rå	0 ⁴	24,9	0,39 ^{2,3}	0,85 ^{2,3}
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	0 ⁴	6,54	3,0	3,8
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	0 ⁴	8,85	6,0	5,5
6478	Öring Sverige höst rå	0 ⁴	19,2	0,41 ^{2,3}	0,95

¹Under detektionsgränsen ² Värden under kvantifieringsgräns ³Ej ackrediterad ⁴Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 5. Analysresultat vitamin E per 100 gram ätlig del

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	α -toko-ferol (mg)	β -toko-ferol (mg)	δ -toko-ferol (mg)	γ -toko-ferol (mg)	α -toko-trienol (mg)	β -toko-trienol (mg)	δ -toko-trienol (mg)	γ -toko-trienol (mg)
1237	Kolja rå	0,44	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
1261	Regnbågslax odlad rå	1,32	0 ¹	0 ¹	0,07	0,04 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	e.a
1269	Lax kallrökt	3,19	0 ¹	0 ¹	1,93	0,01 ^{2,3}	0,03 ^{2,3}	0 ¹	e.a
1285	Lax gravad	3,69	0 ¹	0 ¹	1,75	0,47	0,04 ^{2,3}	0 ¹	e.a
1288	Lax varmrökt urtagen	5,23	0 ¹	0,03 ^{2,3}	2,83	0,033 ^{2,3}	0,07	0 ¹	e.a
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	0,70	0,11	0 ¹	0,57	0,20	0 ¹	0 ¹	e.a
1378	Påläggskaviar original	11,6	2,88	0,18	10,9	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
1381	Stenbitsrom	1,19	0 ¹	0 ¹	0,04 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
1390	Mussla konserv. u. lag	2,21	0 ¹	0 ¹	0,02 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
1400	Räka konserv. u. lag	3,13	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
2035	Surimi fisk	0,12	0 ¹	0,13	0,18	0,13	0 ¹	0 ¹	e.a
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	4,87	0 ¹	0 ¹	2,49	0,01 ^{2,3}	0,05 ^{2,3}	0 ¹	e.a
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	1,38	0,03	0,07	0,18	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
6169	Sikrom Nordamerikansk	10,5	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0,16	0 ¹	0 ¹	e.a
6170	Påläggskaviar m. färskost	6,37	1,57	0,16	6,21	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
6171	Tångkaviar röd	0,90	0,22	4,61	6,97	0,16	0 ¹	0 ¹	e.a
6172	Tångkaviar påläggskaviar	4,38	1,30	0,15	6,32	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
6173	Lax vildfångad Sverige rå	2,08	0 ¹	0 ¹	0,02 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	4,10	0 ¹	0 ¹	2,16	0,02 ^{2,3}	0,05 ^{2,3}	0 ¹	e.a
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	4,92	0 ¹	0,03 ^{2,3}	3,12	0,03 ^{2,3}	0,07	0 ¹	e.a
6478	Öring Sverige höst rå	1,59	0 ¹	0 ¹	0,02 ^{2,3}	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a

Ej analyserad skrivs ut som e.a ¹Under detektionsgränsen ² Värden under kvantifieringsgräns ³Ej ackrediterad.

Tabell 6. Analysresultat vattenlösliga vitaminer per 100 gram ätlig del

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Tiamin (mg)	Riboflavin (mg)	Niacin (mg)	Vitamin B ₆ (mg)	Vitamin B ₆ fritt (mg)	Vitamin B ₁₂ (µg)	Folat (µg)	Vitamin C (mg)
1237	Kolja rå	0,05	0,05	5,04	0,34	e.a	e.a	11,5	0 ²
1261	Regnbågslax odlad rå	0,15	0,08	2,84	0,35	e.a	e.a	7,6	0 ²
1269	Lax kallrökt	0,29	0,09	8,87	0,55	e.a	e.a	4,5	0 ²
1285	Lax gravad	0,26	0,10	7,48	0,55	e.a	e.a	5,9	0 ²
1288	Lax varmrökt urtagen	0,26	0,10	8,54	0,54	e.a	e.a	8,7	0 ²
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	0 ¹	0 ¹	0,44	0 ¹	0 ¹	e.a	1,6	0 ²
1378	Påläggskaviar original	0,27	0,21	0,64	0,04	e.a	e.a	23,5	32,6 ³
1381	Stenbitsrom	0,01	4,23	0,10	0 ¹	e.a	e.a	12,6	0 ²
1390	Mussla konserv. u. lag	0 ¹	0,18	0,61	0 ¹	e.a	e.a	30,8	0 ²
1400	Räka konserv. u. lag	0,01	0 ¹	0,28	0 ¹	e.a	e.a	4,4	0 ²
2035	Surimi fisk	0,01	0 ¹	0,11	0 ¹	e.a	e.a	2,4	0 ²
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	0,26	0,09	7,28	0,61	e.a	e.a	4,5	0 ²
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	0,01	0,04	0,54	0 ¹	e.a	e.a	4,4	0 ²
6169	Sikrom Nordamerikansk	0,33	0,48	0,45	0,09	e.a	e.a	37,4	0 ²
6170	Påläggskaviar m. färskost	0,16	0,17	0,35	0 ¹	e.a	e.a	16,4	32,6 ³
6171	Tångkaviar röd	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	0 ¹	e.a	0 ¹	0 ²
6172	Tångkaviar påläggskaviar	0,03	0 ¹	0,57	0,06	0,03	e.a	9,0	0 ²
6173	Lax vildfångad Sverige rå	0,16	0,10	8,41	0,65	e.a	e.a	3,3	0 ²
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvvara	0,27	0,07	8,04	0,60	e.a	e.a	3,3	0 ²
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	0,34	0,06	8,77	0,67	e.a	e.a	8,1	0 ²
6478	Öring Sverige höst rå	0,14	0,10	8,55	0,57	e.a	e.a	4,4	0 ²

Ej analyserad skrivs ut som e.a ¹Under kvantifieringsgränsen. ²Ej analyserad, bedömd som logisk noll. ³Värden från äldre analyser

Tabell 7. Analysresultat mineraler per 100 gram ätlig del, del 1

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Bly (µg)	Fosfor (mg)	Jod ² (µg)	Järn (mg)	Kadmium (µg)	Kalcium (mg)	Kalium (mg)	Kobolt (µg)	Koppar (mg)
1237	Kolja rå	0 ¹	199	112	0,09	0 ¹	6,5	523	0,31	0,02
1261	Regnbågslax odlad rå	0,31	208	6,6	0,22	0,41	15,3	374	0,52	0,03
1269	Lax kallrökt	0 ¹	244	12,3	0,21	0 ¹	7,4	379	0,31	0,03
1285	Lax gravad	0 ¹	214	32,0	0,23	0 ¹	10,0	317	0,29	0,03
1288	Lax varmrökt urtagen	0 ¹	235	19,9	0,23	0 ¹	10,1	341	0,29	0,03
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	0 ¹	41,9	35,6	0,11	0 ¹	16,5	61,9	0 ¹	0,01
1378	Påläggs-kaviar original	0 ¹	120	54,0	0,31	0 ¹	3,4	133	0 ¹	0,04
1381	Stenbitsrom	0,33	115	36,2	0,27	0,26	7,6	95,0	0,23	0,03
1390	Mussla konserv. u. lag	10,9	222	170	4,33	31,4	39,6	72,9	7,78	0,14
1400	Råka konserv. u. lag	0,36	99,0	11,9	0,15	7,40	36,5	93,6	0,45	0,23
2035	Surimi fisk	0,48	44,9	28,6	0,38	0,23	124	34,9	0,41	0,02
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	0 ¹	234	19,2	0,26	0 ¹	7,0	375	0,40	0,04
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	0,89	87,7	11,8	0,50	2,17	31,5	71,7	1,30	0,74
6169	Sikrom Nordamerikansk	1,06	313	26,2	0,83	0,17	36,4	75,5	1,93	0,08
6170	Påläggs-kaviar m. färskost	0 ¹	102	29,8	0,19	0 ¹	46,4	192	0 ¹	0,03
6171	Tångkaviar röd	1,68	2,4	14,0	0,06	0 ¹	495	37,8	0 ¹	0
6172	Tångkaviar påläggs-kaviar	1,84	16,9	61,7	5,88	0 ¹	243	113	0 ¹	0,03
6173	Lax vildfångad Sverige rå	0 ¹	249	88,2	0,32	0 ¹	4,0	368	0,26	0,04
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	0 ¹	225	20,2	0,15	0 ¹	4,6	278	0,28	0,03
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	0 ¹	244	12,4	0,17	0 ¹	3,6	409	0,36	0,02
6478	Öring Sverige höst rå	0 ¹	257	14,4	0,25	0 ¹	5,2	563	0,16	0,04

¹Under kvantifieringsgränsen ²Ej ackrediterad

Tabell 8. Analysresultat mineraler per 100 gram ätlig del, del 2

Livsmedelsnummer	Livsmedelsnamn	Magnesium (mg)	Mangan (mg)	Molybden (µg)	Natrium (mg)	Selen (µg)	Zink (mg)
1237	Kolja rå	25,7	0,01	0 ¹	45,6	29,8	0,31
1261	Regnbågslax odlad rå	25,3	0,01	0,51	45,6	12,4	0,33
1269	Lax kallrökt	26,5	0,01	0,35	1100	21,8	0,33
1285	Lax gravad	24,4	0,05	0,48	1150	15,1	0,34
1288	Lax varmrökt urtagen	25,9	0,01	0,56	643	21,6	0,38
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong	6,6	0,01	0,36	504	10,4	0,18
1378	Påläggskaviar original	5,9	0,03	0 ¹	1960	27,0	1,71
1381	Stenbitsrom	3,7	0,02	0,73	1780	29,5	0,95
1390	Mussla konserv. u. lag	41,0	0,21	13,2	511	67,0	3,63
1400	Räka konserv. u. lag	19,2	0,06	0,51	1010	20,3	0,74
2035	Surimi fisk	9,6	0,05	3,16	595	11,1	0,16
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	27,2	0,01	0,40	45,0	15,4	0,36
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	10,2	0,23	0,69	829	21,6	1,19
6169	Sikrom Nordamerikansk	35,8	0,31	0,92	1100	98,2	2,73
6170	Påläggskaviar m. färskost	8,1	0,02	3,03	1280	14,3	1,16
6171	Tångkaviar röd	0 ¹	0,01	0,84	1360	0 ¹	0 ¹
6172	Tångkaviar påläggskaviar	6,5	0,06	3,25	1900	0 ¹	0,11
6173	Lax vildfångad Sverige rå	28,0	0,01	0 ¹	24,8	24,9	0,34
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	25,6	0,01	0 ¹	39,5	15,1	0,32
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	25,7	0,01	0 ¹	26,7	20,0	0,32
6478	Öring Sverige höst rå	28,0	0,01	0 ¹	32,0	23,9	0,41

¹Under kvantifieringsgränsen

Tabell 9. Analysresultat fettsyror per 100 gram ätlig del, del 1. Värde noll i tabellen innebär faktiskt nollvärde eller värde under kvantifieringsgränsen.

Livsmedelsnamn	Kolja rå	Regnbågslax odlad rå	Lax kallrökt	Lax gravad	Lax varmrökt urtagen	Fiskbullar konserv. u. buljong
Livsmedelsnummer	1237	1261	1269	1285	1288	1344
Fettsyra 4:0 (g)	0	0	0	0	0	0,01
Fettsyra 6:0 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 8:0 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 10:0 (g)	0	0	0	0	0	0,01
Fettsyra 12:0 (g)	0	0	0	0	0	0,01
Fettsyra 13:0 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 14:0 (g)	0	0,04	0,17	0,15	0,27	0,04
Fettsyra 14:1 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 i (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 15:1 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 i (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 (g)	0	0,27	0,89	0,77	1,27	0,17
Fettsyra 16:1 (g)	0	0,06	0,21	0,19	0,35	0,01
Fettsyra 16:2 n-4 (g)	0	0	0,03	0,02	0,04	0
Fettsyra 16:3 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 16:4 n-3 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 17:0 i (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 17:1 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0

Livsmedelsnamn	Kolja rå	Regnbågslax odlad rå	Lax kallrökt	Lax gravad	Lax varmrökt urtagen	Fiskbullar konserv. u. buljong
Livsmedelsnummer	1237	1261	1269	1285	1288	1344
Fettsyra 18:0 i (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:0 (g)	0	0,06	0,24	0,20	0,33	0,05
Fettsyra 18:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:1 (g)	0	1,05	3,57	3,41	5,79	0,83
Fettsyra 18:2 (g)	0	0,34	1,21	1,12	1,89	0,25
Fettsyra 18:2 cis n-6 (g)	0	0,34	1,21	1,11	1,88	0,25
Fettsyra 18:2 konj (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:3 n-3 (g)	0	0,12	0,68	0,50	0,79	0,13
Fettsyra 18:3 n-6 (g)	0	0,01	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 18:4 n-3 (g)	0	0,02	0,05	0,04	0,08	0
Fettsyra 20:0 (g)	0	0,01	0,03	0,02	0,04	0,01
Fettsyra 20:1 (g)	0	0,07	0,36	0,30	0,52	0,02
Fettsyra 20:2 n-6 (g)	0	0,02	0,09	0,08	0,14	0
Fettsyra 20:3 n-3 (g)	0	0,01	0,05	0,04	0,06	0
Fettsyra 20:3 n-6 (g)	0	0,01	0,01	0,01	0,03	0
Fettsyra 20:4 n-3 (g)	0	0,01	0,06	0,06	0,10	0
Fettsyra 20:4 n-6 (g)	0	0,01	0,02	0,02	0,03	0
Fettsyra 20:5 n-3 (g)	0	0,05	0,23	0,19	0,34	0,01
Fettsyra 21:5 n-3 (g)	0	0	0,01	0,01	0,02	0
Fettsyra 22:0 (g)	0	0	0,02	0,02	0,03	0
Fettsyra 22:1 (g)	0	0,04	0,21	0,18	0,32	0
Fettsyra 22:2 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:4 n-3 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:4 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0

Livsmedelsnamn	Kolja rå	Regnbågslox odlad rå	Lax kallrökt	Lax gravad	Lax varmrökt urtagen	Fiskbullar konserv. u. buljong
Livsmedelsnummer	1237	1261	1269	1285	1288	1344
Fettsyra 22:5 n-3 (g)	0	0,02	0,09	0,08	0,15	0
Fettsyra 22:5 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:6 n-3 (g)	0	0,18	0,49	0,37	0,62	0,04
Fettsyra 23:0 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:0 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:1 n-9 (g)	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 14:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 16:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 20:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:3 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:2 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa mättade fettsyror ¹ (g)	0	0,39	1,37	1,18	1,98	0,30
Summa enkelomättade fettsyror ¹ (g)	0	1,23	4,35	4,08	7,00	0,87
Summa fleromättade fettsyror ¹ (g)	0	0,79	3,07	2,57	4,33	0,44
Summa transfettsyror ¹ (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa n-3 fettsyror ¹ (g)	0	0,40	1,68	1,29	2,16	0,18
Summa långa n-3 fettsyror ¹ (g)	0	0,26	0,94	0,75	1,28	0,05
Summa n-6 fettsyror ¹ (g)	0	0,38	1,35	1,23	2,10	0,25
Kolesterol (mg)	60,5	60,9	62,7	59,1	65,9	25,3

¹Beräknat av analyserade värden ²Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 10. Analysresultat fettsyror per 100 gram ätlig del, del 2. Värde noll i tabellen innebär faktiskt nollvärde eller värde under kvantifieringsgränsen.

Livsmedelsnamn	Påläggskaviar original	Stenbits om	Mussla konserv. u. lag	Räka konserv. u. lag	Surimi fisk	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag
Livsmedelsnummer	1378	1381	1390	1400	2035	3800	6168
Fettsyra 4:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 6:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 8:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 10:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 12:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 13:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 14:0 (g)	0	0,04	0,06	0	0,01	0,25	0
Fettsyra 14:1 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 (g)	0	0,01	0,01	0	0	0,02	0
Fettsyra 15:1 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 (g)	1,18	0,39	0,26	0,04	0,07	1,16	0,05
Fettsyra 16:1 (g)	0,08	0,06	0,19	0,01	0,01	0,31	0,02
Fettsyra 16:2 n-4 (g)	0	0,02	0,01	0	0	0,04	0
Fettsyra 16:3 (g)	0	0	0,01	0	0	0,01	0
Fettsyra 16:4 n-3 (g)	0	0	0,01	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 (g)	0	0,01	0,01	0	0	0,02	0

Livsmedelsnamn	Påläggskaviar original	Stenbitsr om	Mussla konserv. u. lag	Räka konserv. u. lag	Surimi fisk	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Kräfta kräftstjärter konserv. u. lag
Livsmedelsnummer	1378	1381	1390	1400	2035	3800	6168
Fettsyra 17:1 (g)	0	0,01	0	0	0	0,01	0
Fettsyra 18:0 i (g)	0	0,01	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:0 (g)	0,36	0,10	0,05	0	0,02	0,30	0,02
Fettsyra 18:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:1 (g)	15,65	0,66	0,10	0,04	0,17	5,09	0,07
Fettsyra 18:2 (g)	4,65	0,05	0,03	0	0,12	1,69	0,04
Fettsyra 18:2 cis n-6 (g)	4,64	0,04	0,02	0	0,12	1,68	0,04
Fettsyra 18:2 konj (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:3 n-3 (g)	2,32	0,02	0,02	0	0,03	0,88	0,02
Fettsyra 18:3 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0,02	0
Fettsyra 18:4 n-3 (g)	0	0,01	0,05	0	0	0,07	0
Fettsyra 20:0 (g)	0,12	0	0	0	0	0,04	0
Fettsyra 20:1 (g)	0,30	0,09	0,06	0,01	0	0,51	0
Fettsyra 20:2 n-6 (g)	0	0,01	0,01	0	0	0,12	0
Fettsyra 20:3 n-3 (g)	0	0	0	0	0	0,07	0
Fettsyra 20:3 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0,02	0
Fettsyra 20:4 n-3 (g)	0	0,02	0	0	0	0,09	0
Fettsyra 20:4 n-6 (g)	0	0,01	0,04	0	0	0,03	0,02
Fettsyra 20:5 n-3 (g)	0,08	0,35	0,39	0,04	0,02	0,29	0,03
Fettsyra 21:5 n-3 (g)	0	0,01	0,01	0	0	0	0
Fettsyra 22:0 (g)	0,06	0	0	0	0	0,02	0
Fettsyra 22:1 (g)	0	0,03	0	0	0	0,31	0
Fettsyra 22:2 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:4 n-3 (g)	0	0	0	0	0	0	0

Livsmedelsnamn	Påläggskaaviar original	Stenbitsr om	Mussla konserv. u. lag	Räka konserv. u. lag	Surimi fisk	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Kräfta kräftstjärter konserv. u. lag
Livsmedelsnummer	1378	1381	1390	1400	2035	3800	6168
Fettsyra 22:4 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:5 n-3 (g)	0	0,03	0,02	0	0	0,12	0
Fettsyra 22:5 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:6 n-3 (g)	0,14	0,48	0,23	0,03	0,03	0,53	0,01
Fettsyra 23:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:1 n-9 (g)	0	0	0,01	0	0	0	0
Fettsyra 14:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 16:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 20:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:3 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:2 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa mättade fettsyror ¹ (g)	1,72	0,55	0,39	0,05	0,10	1,80	0,08
Summa enkelomättade fettsyror ¹ (g)	16,03	0,84	0,36	0,06	0,19	6,24	0,09
Summa fleromättade fettsyror ¹ (g)	7,19	1,01	0,83	0,07	0,22	3,98	0,13
Summa transfettsyror ¹ (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa n-3 fettsyror ¹ (g)	2,54	0,92	0,73	0,07	0,09	2,05	0,06
Summa långa n-3 fettsyror ¹ (g)	0,22	0,89	0,66	0,06	0,06	1,10	0,05
Summa n-6 fettsyror ¹ (g)	4,64	0,06	0,08	0	0,12	1,87	0,07
Kolesterol (mg)	0	296	85,5	172	10,9	66,7	149

¹Beräknat av analyserade värden ²Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Tabell 11. Analysresultat fettsyror per 100 gram ätlig del, del 3. Värde noll i tabellen innebär faktiskt nollvärde eller värde under kvantifieringsgränsen.

Livsmedelsnamn	Sikrom Nord-amerikansk	Påläggskaaviar m. färskost	Tångkaviar röd	Tångkaviar påläggskaaviar	Lax vildfångad Sverige rå	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Öring Sverige höst rå
Livsmedelsnummer	6169	6170	6171	6172	6173	6174	6225	6478
Fettsyra 4:0 (g)	0	0,09	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 6:0 (g)	0	0,05	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 8:0 (g)	0	0,05	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 10:0 (g)	0	0,13	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 12:0 (g)	0	0,16	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 13:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 14:0 (g)	0,15	0,56	0	0	0,32	0,28	0,26	0,26
Fettsyra 14:1 (g)	0	0,04	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 15:0 (g)	0,03	0,05	0	0	0,03	0,02	0,02	0,03
Fettsyra 15:1 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 16:0 (g)	1,39	2,44	0	0,98	1,70	1,28	1,16	1,57
Fettsyra 16:1 (g)	1,01	0,13	0	0,04	0,49	0,33	0,30	0,53
Fettsyra 16:2 n-4 (g)	0,06	0	0	0	0,06	0,04	0,04	0,05
Fettsyra 16:3 (g)	0,03	0,02	0	0	0	0	0,02	0
Fettsyra 16:4 n-3 (g)	0	0,02	0	0	0	0	0,02	0
Fettsyra 17:0 i (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 17:0 (g)	0,03	0,03	0	0	0,03	0,02	0,02	0,02
Fettsyra 17:1 (g)	0,05	0	0	0	0,04	0,02	0,01	0,02

Livsmedelsnamn	Sikrom Nord-amerikansk	Påläggskaviar m. färskost	Tångkaviar röd	Tångkaviar påläggskaviar	Lax vildfångad Sverige rå	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Öring Sverige höst rå
Livsmedelsnummer	6169	6170	6171	6172	6173	6174	6225	6478
Fettsyra 18:0 i (g)	0	0	0	0	0,01	0	0	0,01
Fettsyra 18:0 (g)	0,16	0,73	0	0,32	0,31	0,32	0,30	0,32
Fettsyra 18:0 ai (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:1 (g)	2,20	11,8	0	12,8	2,71	5,75	5,52	2,36
Fettsyra 18:2 (g)	0,28	3,37	0	3,98	0,40	1,77	1,82	0,30
Fettsyra 18:2 cis n-6 (g)	0,23	3,34	0	3,97	0,38	1,76	1,81	0,29
Fettsyra 18:2 konj (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 18:3 n-3 (g)	0,20	1,66	0	2,04	0,23	0,76	0,69	0,18
Fettsyra 18:3 n-6 (g)	0,03	0	0	0	0,02	0,02	0,02	0,01
Fettsyra 18:4 n-3 (g)	0,13	0	0	0	0,11	0,09	0,07	0,11
Fettsyra 20:0 (g)	0	0,09	0	0,10	0,01	0,04	0,04	0,01
Fettsyra 20:1 (g)	0,02	0,21	0	0,23	0,17	0,71	0,48	0,12
Fettsyra 20:2 n-6 (g)	0,02	0	0	0	0,09	0,16	0,13	0,06
Fettsyra 20:3 n-3 (g)	0,02	0	0	0	0,05	0,07	0,05	0,04
Fettsyra 20:3 n-6 (g)	0,02	0	0	0	0	0,03	0,02	0
Fettsyra 20:4 n-3 (g)	0,06	0	0	0	0,17	0,12	0,09	0,14
Fettsyra 20:4 n-6 (g)	0,24	0	0	0	0,05	0,03	0,03	0,05
Fettsyra 20:5 n-3 (g)	0,87	0,05	0	0	0,49	0,32	0,33	0,53
Fettsyra 21:5 n-3 (g)	0	0	0	0	0,01	0,02	0,02	0,01
Fettsyra 22:0 (g)	0	0,05	0	0,06	0,02	0,03	0,02	0
Fettsyra 22:1 (g)	0	0	0	0	0,04	0,50	0,33	0,02
Fettsyra 22:2 n-6 (g)	0	0	0	0	0,02	0	0	0,01
Fettsyra 22:4 n-3 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0

Livsmedelsnamn	Sikrom Nord-amerikansk	Påläggskaviar m. färskost	Tångkaviar röd	Tångkaviar påläggskaviar	Lax vildfångad Sverige rå	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Öring Sverige höst rå
Livsmedelsnummer	6169	6170	6171	6172	6173	6174	6225	6478
Fettsyra 22:4 n-6 (g)	0,02	0	0	0	0,02	0	0	0,01
Fettsyra 22:5 n-3 (g)	0,22	0	0	0	0,28	0,14	0,13	0,19
Fettsyra 22:5 n-6 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 22:6 n-3 (g)	0,98	0,06	0	0,02	1,36	0,69	0,55	1,26
Fettsyra 23:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:0 (g)	0	0	0	0	0	0	0	0
Fettsyra 24:1 n-9 (g)	0	0	0	0	0,11	0	0	0,09
Fettsyra 14:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 16:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 20:1 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:3 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Fettsyra 18:2 t (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa mättade fettsyror ¹ (g)	1,75	4,43	0	1,46	2,43	1,99	1,82	2,21
Summa enkelomättade fettsyror ¹ (g)	3,29	12,2	0	13,1	3,55	7,31	6,65	3,13
Summa fleromättade fettsyror ¹ (g)	3,17	5,19	0	6,04	3,36	4,25	4,02	2,97
Summa transfettsyror ¹ (g)	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²	0 ²
Summa n-3 fettsyror ¹ (g)	2,48	1,80	0	2,07	2,71	2,22	1,96	2,46
Summa långa n-3 fettsyror ¹ (g)	2,15	0,11	0	0,02	2,36	1,36	1,18	2,17

Livsmedelsnamn	Sikrom Nord-amerikansk	Påläggskaviar m. färskost	Tångkaviar röd	Tångkaviar påläggskaviar	Lax vildfångad Sverige rå	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Öring Sverige höst rå
Livsmedelsnummer	6169	6170	6171	6172	6173	6174	6225	6478
Summa n-6 fettsyror ¹ (g)	0,56	3,34	0	3,97	0,58	1,99	2,00	0,44
Kolesterol (mg)	613	66,2	0 ²	0 ²	61,4	58,2	66,7	61,4

¹Beräknat av analyserade värden ²Ej analyserad, bedömd som logisk noll.

Bilaga 4. Vetenskapligt namn och FoodEx2 kod

Tabell 1. Vetenskapligt namn och FoodEx2 kod

Livsmedels- nummer	Livsmedelsnamn	Vetenskapligt namn	Foodex2 kod
1237	Kolja rå	Melanogrammus aeglefinus	A02CA#F28.A07HS\$F20.A07QM
1255	Lax odlad Norge fjordlax rå	Salmo salar	A028P
1261	Regnbågslax odlad rå	Oncorhynchus mykiss	A029N#F21.A07RV
1269	Lax kallrökt	Salmo salar	A02KF#F03.A06HZ
1285	Lax gravad		A0EYT#F10.A077J\$F27.A028Z
1288	Lax varmrökt urtagen	Salmo salar	A02KF#F03.A06HZ\$F20.A07QP
1344	Fiskbullar konserv. u. buljong		A02KD#F28.A0BYP
1378	Påläggskaviar original		A03XJ#F03.A07Y4\$F04.A02EM\$F18.A07PB\$F28.A07JV
1381	Stenbitsrom	Cyclopterus lumpus	A0F7F
1390	Mussla konserv. u. lag	Bivalvia spp.	A0BZ5#F20.A0F2X\$F27.A0FCY
1400	Räka konserv. u. lag	Pandalus borealis	A0BZ5#F27.A02FX\$F20.A0F2X\$F28.A0CHV
2035	Surimi fisk		A02KE
3800	Lax odlad Norge fjordlax rå över disk	Salmo salar	A028P
6168	Kräfta kräftstjärtar konserv. u. lag	Astacus astacus	A02FG#F28.A07GG
6169	Sikrom Nordamerikansk	Coregonus clupeaformis	A02EM
6170	Påläggskaviar m. färskost		A03XJ#F04.A02EP\$F04.A02QZ\$F03.A07Y4
6171	Tångkaviar röd		A00VA
6172	Tångkaviar påläggskaviar		A03XX#F04.A00VK\$F04.A00ZD\$F04.A03DK\$F04.A042P\$F04.A036V\$F04.A032K\$F10.A077J\$F10.A0CJK\$F03.A07Y4
6173	Lax vildfångad Sverige rå	Salmo salar	A028P#F21.A07RY
6174	Lax odlad Norge fjordlax rå frysvara	Salmo salar	A028P
6225	Lax odlad Norge fjordlax rå kylvara	Salmo salar	A028P
6478	Öring Sverige höst rå	Salmo trutta	A029J#F21.A07RY



Livsmedelsverket

www.livsmedelsverket.se