

مجموعة اللحوم					المنتج			
مجموعة اللحوم	بيروتين في الجرام الواحد	كاربوهيدرات في الجرام الواحد	الدهون في الجرام الواحد	السعرات الحرارية في الجرام الواحد	بيروتين في الجرام الواحد	كاربوهيدرات في الجرام الواحد	الدهون في الجرام الواحد	السعرات الحرارية في الجرام الواحد
	130	30.03	- 1.69	143	0.231	-	0.013	1.1
					0.218	0.25	0.468	5.625
					0.171	0.042	0.017	1.04
					0.218	0.25	0.5	5.937
					0.25	0.22	0.5	5.93
					3.6	0.24	0.06	17
					0.18	0.3	0.44	5.53
					5.5	0.3	4.2	63
					0.255	0	0.008	1.162
					0.211	0.215	0.499	5.79
					0.19	0	0.035	1.12
					0	0	1	8.84
					0.25	0.21	0.48	5.7
					0.21	0.2	0.5	5.78
					0.18	0.3	0.43	5.53
					0.3	0.11	0.46	6
					0.02	0.015	0.024	0.37
					0.033	0.002	0.018	0.32
					0.292	0	0.076	1.93
					0.166	0	0.234	2.82
					0.185	0	0.15	2.15
مجموعة الحليب ومشتقاته					المنتج			
مجموعة الحليب ومشتقاته	بيروتين في الجرام الواحد	كاربوهيدرات في الجرام الواحد	الدهون في الجرام الواحد	السعرات الحرارية في الجرام الواحد	بيروتين في الجرام الواحد	كاربوهيدرات في الجرام الواحد	الدهون في الجرام الواحد	السعرات الحرارية في الجرام الواحد
					0.031	0.047	0.031	0.58
					0.3	0.01	0.44	5.2
					4.1	1.32	0.18	23.4
					0.044	-	0.01	0.42
					0.049	0.063	0.171	1.99
					1.71	0.45	5.22	55.62
					0.126	0.027	0.203	2.44
					0.029	0.033	0.233	2.33
					0.07	0.05	0.09	1.28
					0.06	0.04	0.22	2.35
					3.5	0.9	3.6	50
					0.22	0.019	0.25	3.21
					0.22	0.014	0.16	2.36
					0.008	0	0.811	7.171
					0.04	0.062	0.031	0.68
					0.046	0.07	0.011	0.57
					0.115	0.035	0.022	0.796
					0.066	0.05	0.088	1.28
					0.3	0.01	0.44	5.2
					0.145	0.053	0.116	1.84
					0.048	0.073	0.001	0.5
					0.031	0.047	0.03	0.58
					0.032	0.047	0.011	0.4
					0.031	0.047	0.01	0.4
					0.09	0.02	0.03	0.7

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]