

# Dietetická kuchynská váha

Návod na obsluhu

SK



**SENCOR**<sup>®</sup>

SKS 6000

Pred uvedením tohto výrobku do prevádzky sa, prosím, oboznámte s návodom na jeho obsluhu, a to aj v prípade, že ste už oboznámení s používaním výrobkov podobného typu. Výrobok používajte iba tak, ako je popísané v tomto návode na obsluhu. Návod uschovajte pre prípad ďalšej potreby.

Minimálne počas záruky odporúčame uschovať originálny obal vrátane vnútorného baliaceho materiálu, pokladničný doklad a záručný list. V prípade prepravy zabalte prístroj späť do originálnej škatule od výrobcu, zaistite si tak maximálnu ochranu výrobku pri prípadnom transporte (napr. stahovanie alebo odoslanie do servisného strediska).

SK-1

Revision 03/2010

## OBSAH

DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA .....	3
ÚVOD .....	4
POPIS LCD displeja .....	5
POPIS TLAČÍDEL .....	6
POKYNY PRE POUŽITIE .....	6
INDIKÁTOR PRETAŽENIA .....	8
VÝMENA BATÉRÍÍ .....	8
ČISTENIE A ÚDRŽBA .....	9
LIKVIDÁCIA POUŽITÝCH BATÉRÍÍ .....	9
RIEŠENIE PROBLÉMOV .....	9
TECHNICKÉ ÚDAJE .....	9
LIKVIDÁCIA POUŽITÝCH ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZARIADENÍ .....	10
POKYNY A INFORMÁCIE O ZAOBCHÁDZANÍ S POUŽITÝM OBALOM .....	10

# Dietetická kuchynská váha

SKS 6000

SK

## DÔLEŽITÉ BEZPEČNOSTNÉ UPOZORNENIA

- 1) Výrobok opatrne vybalte a dajte pozor, aby ste nevyhodili žiadnu časť obalového materiálu skôr, než nájdete všetky súčasti výrobku.
- 2) Tento výrobok nie je určený pre osoby (vrátane detí) so zníženou fyzickou, zmyslovou alebo mentálnou schopnosťou alebo osoby s obmedzenými skúsenosťami a znalosťami, ak nad nimi nie je vedený odborný dohľad alebo podané inštrukcie zahŕňajúce použitie tohto výrobku osobou zodpovednou za ich bezpečnosť.
- 3) Deti by mali byť pod dozorom, aby sa zaistilo, že sa s výrobkom nebudú hrať.
- 4) V žiadnom prípade neopravujte výrobok sami a nevykonávajte na ňom žiadne úpravy. Všetky opravy a nastavenia tohto výrobku zverte odbornej firme/servisu. Zásahom do výrobku počas platnosti záruky sa vystavujete riziku straty záručných plnení.
- 5) Výrobok používajte a uchovávajte mimo dosahu horlavých a prchavých látok.
- 6) Výrobok nevystavujte extrémnym teplotám, priamemu slnečnému žiareniu, nadmernej vlhkosti a neumiestňujte ho do nadmerne prašného prostredia.
- 7) Výrobok neumiestňujte do blízkosti vykurovacích telies, otvoreného ohňa a iných prístrojov alebo zariadení, ktoré sú zdrojmi tepla.
- 8) Výrobok je určený na použitie v domácnostiach. Nepoužívajte ho v priemyselnom prostredí alebo vonku!
- 9) Nepoužívajte výrobok na iné účely, než na ktoré je určený.
- 10) Výrobok nepostrekujte vodou ani inou tekutinou. Výrobok neponárajte do vody alebo inej tekutiny.
- 11) Ak nebudeste výrobok dlhšie používať, vyberte z neho batérie. V opačnom prípade môže dôjsť k ich vyečieniu dovnútra výrobku a jeho nenávratnému poškodeniu.
- 12) Na pripojenie výrobku k sietovej zásuvke používajte iba typ adaptéra dodávaný s týmto výrobkom.
- 13) Na výrobku je zakázané vykonávať konštrukčné zmeny, pripájať k nemu prídavné vf zosilňovače alebo ziskové antény.
- 14) Výrobca nezodpovedá za škody spôsobené nesprávnym použitím spotrebiča a jeho príslušenstva (poranenie, popálenie, obarenie, požiar, znehodnotenie potravín a pod.).

## ÚVOD

Táto špeciálna dietetická (nutričná) váha je určená najmä pre:

- redukčné diéty
- športovcov
- diabetikov
- kardiakov
- ľudí s ochorením obličiek, zvýšeným cholesterolom, vysokým tlakom a pod.

Váha má naprogramovaných 999 kódov potravín, pomocou ktorých je možné zobraziť tzv. nutričné hodnoty (výživové hodnoty) jednotlivých potravín, tzn. obsah kalórií, sodíka, proteinov, tukov, uhlohydrátov, cholesterolu a vlákniny pre väčšinu bežne používaných potravín a nápojov. Vzhľadom na to, že aj rovnaké potraviny môžu mať mierne odlišný obsah nutričných hodnôt, sú naprogramované hodnoty iba orientačné a nie presné. Ide o priemerné nutričné hodnoty.



### Upozornenie

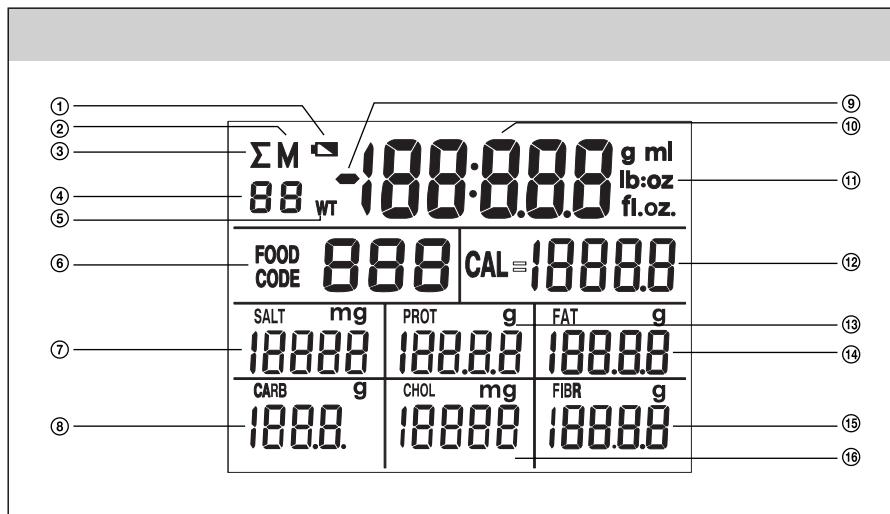
- V dôsledku nesprávnej manipulácie s touto váhou, prípadne nesprávnym zadaním kódov potravín, môže dôjsť k nesprávnemu zobrazeniu nutričných (výživových) hodnôt vedúcemu k nesprávnej výžive alebo dokonca až k poškodeniu zdravia! Preto veľmi pozorne čítajte tento návod.
- Táto váha nemôže nahradíť potrebnú lekársku kontrolu a starostlivosť.

# Dietetická kuchynská váha

SKS 6000

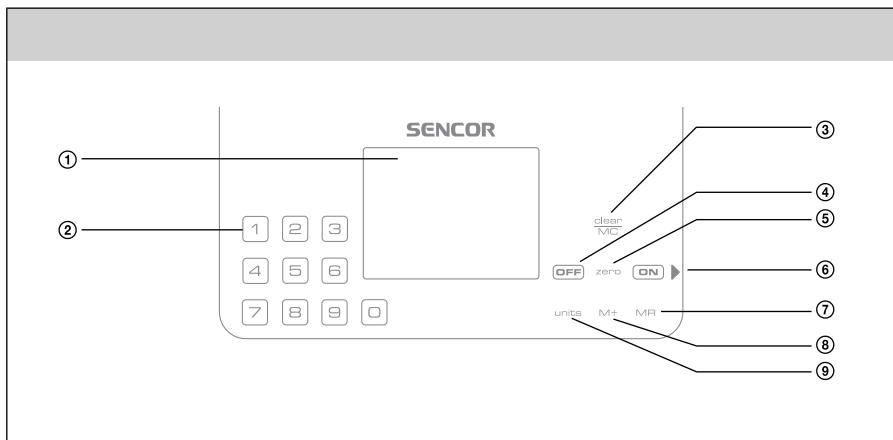
SK

## POPIS LCD displeja



- ① Indikácia slabej batérie
- ② Indikácia pamäte
- ③ Indikácia súčtu všetkých hodnôt uložených v pamäti
- ④ Počet potravín uložených v pamäti
- ⑤ Indikácia vážacieho režimu
- ⑥ Kód potraviny
- ⑦ Hodnota obsahu sodíka [mg]
- ⑧ Hodnota obsahu uhľohydrátov [g]
- ⑨ Indikácia zápornej hodnoty hmotnosti
- ⑩ Hmotnosť
- ⑪ Navolená jednotka váženia
- ⑫ Počet kalórií [cal]
- ⑬ Hodnota obsahu proteínov [g]
- ⑭ Hodnota obsahu tuku [g]
- ⑮ Hodnota obsahu vlákniny [g]
- ⑯ Hodnota obsahu cholesterolu [mg]

## POPIS TLAČIDIEL



- ① Displej
- ② Numerické tlačidlá 0 – 9
- ③ CLEAR/MC tlačidlo
- ④ OFF tlačidlo
- ⑤ ZERO tlačidlo
- ⑥ ON tlačidlo (nachádza sa na bočnej strane váhy)
- ⑦ MR tlačidlo
- ⑧ M+ tlačidlo
- ⑨ UNITS tlačidlo

## POKYNY PRE POUŽITIE

### Zapnutie a vypnutie váhy



#### Upozornenie

Pred prvým zapnutím váhy otvorte, prosím, na jej zadnej strane batériový kryt a odstráňte izolačnú pásku, ktorá bráni vybitiu batérie pri preprave.

- 1) Váhu zapnete stlačením tlačidla „ON“.
- 2) Váhu vypnete stlačením tlačidla „OFF“.



#### Upozornenie

Váha sa automaticky vypne približne po 60 sekundách po zobrazení „0“ na LCD displeji alebo v prípade jej nečinnosti. Ak ju po zvážení sami vypnete stlačením tlačidla „OFF“, ušetríte tak batériu.

### Prepínanie jednotiek

Počas váženia môžete stlačením tlačidla „UNITS“ prepínať medzi jednotkami (g -> oz -> ml -> fl:oz).

# Dietetická kuchynská váha

SKS 6000

SK

## Postup váženia

- 1) Váhu zapnite stlačením tlačidla „ON“.
- 2) V prípade potreby zvoľte mernú jednotku (g -> oz -> ml -> fl:oz).
- 3) Všetky segmenty displeja zobrazia „0“. V hornom ľavom rohu sa zobrazí indikácia váženia „WT“, čo znamená, že váha je pripravená na váženie.
- 4) Na vážiacu plochu položte potraviny, ktoré chcete zvážiť.
- 5) Na displeji sa zobrazí hmotnosť v navolených jednotkách.

## Funkcia dovažovania

- 1) Váhu zapnite stlačením tlačidla „ON“.
- 2) V prípade potreby zvoľte mernú jednotku (g -> oz -> ml -> fl:oz).
- 3) Na dosku opatrné položte potraviny, ktoré chcete zvážiť.
- 4) Hned' ako sa váha ustáli, stlačte tlačidlo „ZERO“. Aktuálna hmotnosť bude zmazaná a displej sa resetuje na nulu.
- 5) Na vážiacu plochu položte ďalšie potraviny. Displej zobrazí hmotnosť iba práve umiestnených potravín.
- 6) Takto môžete pokračovať s vážením ďalších potravín ich postupným pridávaním a opakovaním kroku 4 a 5.

## Ako funkciu dovažovania (ZERO) vypnúť

Z váhy odstráňte všetky potraviny. Na displeji sa zobrazí záporná hodnota. Opakoványm stlačením tlačidla „ZERO“ resetujete váhu na nulu.

## Zobrazenie nutričných hodnôt

- 1) Najprv skontrolujte, či je váha vo vážiacom režime (na displeji musí svietiť indikátor „WT“). V prípade, že tomu tak nie je, stlačte tlačidlo „ZERO“.
- 2) Potom na vážiacu plochu položte potraviny, ktoré chcete zvážiť.
- 3) Vyhľadajte si 3-miestny číselný kód potravín v zozname, ktorý je súčasťou dodávky tejto váhy.
- 4) Vyhľadaný číselný kód príslušnej potraviny zadajte postupným navolením numerických tlačidiel na váhe. Kód sa zobrazí v ľavom rohu. (Zadanie môžete vymazať stlačením tlačidla „CLEAR/MC“.)
- 5) Na displeji sa v príslušných kolónek zobrazia jednotlivé nutričné hodnoty váženej potraviny:  
CAL – obsah kalórií  
SALT – obsah sodíka  
PROT – obsah proteínov  
FAT – obsah tukov  
CARB – obsah uhľohydriátov  
CHOL – obsah cholesterolu  
FIBR – obsah vlákniny

## Uloženie nutričných hodnôt

- 1) Podľa predchádzajúceho bodu zobrazte nutričné hodnoty potraviny.
- 2) Stlačením tlačidla M+ uložte nutričné hodnoty do pamäte.
- 3) Na displeji sa zobrazí M01, čo znamená, že ide o prvé uložené nutričné hodnoty.
- 4) Na váhu položte ďalšie potraviny a zopakujte vyššie uvedený postup. Na displeji sa zobrazí M02, čo znamená, že boli uložené nutričné hodnoty pre dva pokrmy.



## Upozornenie

- Pamäť je trvalá, dátá sa z nej nestratia ani v prípade vypnutia váhy.
- Ak chcete zmerať nutričné hodnoty pre viac potravín, zopakujte vyššie uvedené kroky.
- Do pamäte môžete uložiť až 99 rôznych nutričných hodnôt. V prípade prekročenia počtu 99 vymazať pamäť stlačením tlačidla „CLEAR/MC“.

**Zobrazenie uložených nutričných hodnôt**

- 1) Najprv skontrolujte, či je váha vo väžiacom režime (na displeji musí svietiť indikátor „WT“). V prípade, že tomu tak nie je, stlačte tlačidlo „ZERO“.
- 2) Stlačte tlačidlo „MR“. Na displeji sa zobrazí súčet všetkých do pamäte uložených nutričných hodnôt potravín. V pravom hornom rohu sa zobrazí „Σ“. Stlačením tlačidla „MR“ prepnite do režimu „WT“.

**Upozornenie**

Nie je možné zobraziť celkovú hmotnosť všetkých potravín, ktorých nutričné hodnoty ste uložili do pamäte.

**Vymazanie uložených údajov**

Na váhe v režime „WT“ a so zobrazenými „000“ na displeji stlačte tlačidlo CLEAR/MC, rozbliká sa „M“. Ak chcete záznamy naozaj vymazať, znova stlačte tlačidlo CLEAR/MC; Ak nie, ukončite vymazávanie stlačením akéhokoľvek iného tlačidla.

**INDIKÁTOR PREŤAŽENIA**

Ak je váha preťažená (max. kapacita je 5 kg), na displeji sa zobrazí symbol „Err“. Okamžite potraviny z váhy odstráňte, aby ste predišli jej poškodeniu.

**VÝMENA BATÉRIÍ**

Ak sa na displeji zobrazí ikona vybitej batérie, je potrebné batériu vymeniť.

- 1) Odoberte kryt priestoru batérie umiestnený na spodnej strane váhy.
- 2) Vyberte starú batériu.
- 3) Do priestoru pre uloženie batérií vložte 1 ks 3-voltovej litiovej batérie CR2032, pričom dbajte na dodržanie správnej polarity (kladný pól batérie musí byť vždy smerom hore).

**Upozornenie**

- V prípade, že nebudete váhu dlhší čas používať, uskladňujte ju vždy v horizontálnej polohe, ktorá je šetrnejšia voči veľmi citlivým senzorom umiestneným v nôžkach váhy.
- Nenechávajte na váhe položené rôzne predmety, ktoré by zbytočne zatažovali jej senzory.
- Silné magnetické polia môžu ovplyvniť presnosť váženia. Vyhnete sa používaniu váhy v takýchto priestoroch.

# Dietetická kuchynská váha

SKS 6000

SK

## ČISTENIE A ÚDRŽBA

Na čistenie vonkajších častí prístroja používajte jemnú handričku navlhčenú vo vlažnej vode. Nepoužívajte drsné čistiace prostriedky, riedidlá alebo rozpúšťadlá, inak by mohlo dôjsť k poškodeniu povrchu prístroja.

## LIKVIDÁCIA POUŽITÝCH BATÉRIÍ

Súčasťou príslušenstva tohto výrobku sú alkalické batérie. Použité batérie nepatria do domového odpadu. Odložte ich na zberné miesta určené na odkladanie použitých batérií.

## RIEŠENIE PROBLÉMOV

V prípade, že váha zobrazuje náhodné hodnoty, alebo sa automaticky nevypína, je potrebné ju tzv. „reštartovať“. V takom prípade vyberte na približne 10 sekúnd batérie, potom ich vložte späť. Váha by mala normálne fungovať.

## TECHNICKÉ ÚDAJE

Napájanie.....	1x lítiová batéria 3 V (CR2032)
Max. merateľná hmotnosť.....	5000 g
Presnosť vázenia.....	1 g
Prepiňanie hmotnostných jednotiek.....	g -> oz -> ml -> fl:oz
Počet predprogramovaných nutričných hodnôt potravín.....	999
Počet pamäťových pozícii pre celkový súčet nutričných hodnôt.....	99
Automatické vypnutie pri nečinnosti.....	60 s
Rozmery (šírka x hlbka x výška).....	157 x 224 x 17 mm
Rozmer displeja (dĺžka x výška).....	60 x 45 mm
Hmotnosť.....	0,55 kg

## LIKVIDÁCIA POUŽITÝCH ELEKTRICKÝCH A ELEKTRONICKÝCH ZARIADENÍ



Tento symbol na výrobku, jeho príslušenstve alebo obale označuje, že sa s týmto výrobkom nesmie zaobchádzať ako s domovým odpadom. Výrobok zlikvidujte jeho odovzdaním na zbernom mieste pre recykláciu elektrických a elektronických zariadení. V krajinách európskej únie a v iných európskych krajinách existujú samostatné zberné systémy pre zhromažďovanie použitých elektrických a elektronických výrobkov. Zaistením ich správnej likvidácie pomôžete prevencii vzniku potenciálnych rizík pre životné prostredie a ľudské zdravie, ktoré by mohli vzniknúť nesprávnym zaobchádzaním s odpadmi. Recyklácia odpadových materiálov napomáha udržaniu prírodných zdrojov surovín - z uvedeného dôvodu nelikvidujte prosím vaše staré elektrické a elektronické zariadenia s domovým odpadom. Pre získanie potrebných informácií k recyklácii tohto výrobku kontaktujte prosím pracovníka ochrany životného prostredia miestneho (mestského či obvodného) úradu, pracovníkov zberného dvora alebo zamestnancov predajne, v ktorej ste výrobok zakúpili.

## POKYNY A INFORMÁCIE O ZAOBCHÁDZANÍ S POUŽITÝM OBALOM

Použitý obalový materiál odložte na miesto určené obcou na ukladanie odpadu.



Tento výrobok je v súlade s požiadavkami smernic EU o elektromagnetickej kompatibilite a elektrickej bezpečnosti.

381	Ananás	čerstvý, na kocky
383	Ananás	konzervovaný, plátky, hustý sirup
385	Ananás	konzervovaný, plátky, v štave
382	Ananás	konzervovaný, kúsky/drvený, hustý sirup
384	Ananás	konzervovaný, kúsky/drvený, v štave
20	Ančovičky	konzervované, v oleji
566	Arašidy	pražené na oleji
569	Arašidy	pražené na oleji, soľené
565	Arašidy	pražené nasucho
568	Arašidy	pražené nasucho, nesolené
567	Arašidy	pražené nasucho, solené
706	Arašidy	v čokoláde
160	Artičoky	varené, scedené
337	Avokádo	čerstvé, bez šupy a kôstky
1	Bagel	
2	Bagel	s hrozienkami a škoricou
3	Bagel	vaječný
223	Baklažány	varené, scedené
387	Banán	bez šupy, čerstvý
338	Banány	čerstvé
966	Banány Plantain	varené
481	Braunschweiger	(pečeňová paštéta, bravčová)
471	Bravčová jemná sviečková	grilovaná, chudá
521	Bravčová kotleta	opečená
469	Bravčové	párky, varené
470	Bravčové	párky, varené, placky
466	Bravčové	pečené rebrá, chudé aj tučné
461	Bravčové	slanina, kanadská, naložená, varená
460	Bravčové	slanina, naložená, varená
468	Bravčové	rebierko, chudé aj tučné, dusené
467	Bravčové	rebrá, chudé aj tučné, varené
832	Bravčové a fazuľa s paradajkovou omáčkou	konzervované
794	Bravčový steak	varený, grilovaný
148	Brie	syr
185	Brokolica	čerstvá, varená, scedená
186	Brokolica	mrazená, scedená
183	Brokolica	surová, ružičky
187	Brokolica	v syrovej korenenej omáčke, mrazená
374	Broskyne	čerstvé
375	Broskyne	konzervované, hustý sirup

376	Broskyne	konzervované, v štave
377	Broskyne	sušené
347	Brusnice	sušené, prisľadené
687	Buchta hrnčeková s polevou	
34	Bulgur	varený
842	Burrito	fazuľa a mäso, z rýchleho občerstvenia
841	Burrito	fazuľa a syr, z rýchleho občerstvenia
598	Camembert	
128	Cereálie	100 % prírodné, ovsené, s medom a hrozienkami
129	Cereálie	100 % prírodné, ovsené, s medom a hrozienkami, nízkotučné
137	Cereálie	celozrnné pšeničné
140	Cereálie	celozrnné všetky
124	Cereálie	Clusters s medom a orechmi
117	Cereálie	Crispix
118	Cereálie	Froot
122	Cereálie	grahamové Golden
104	Cereálie	Cheerios
123	Cereálie	Cheerios s medom a orechmi
112	Cereálie	kakaové
111	Cereálie	kakaové Krispies
125	Cereálie	Kix
113	Cereálie	kompletné pšeničné
116	Cereálie	kukuričné Pops
126	Cereálie	Life
119	Cereálie	Iupienky Frosted
127	Cereálie	Nature Valley granola
132	Cereálie	pšeničné
141	Cereálie	pšeničné
120	Cereálie	pšeničné mini Frosted, obyčajné alebo veľkosť „sústo“
131	Cereálie	ryžové
136	Cereálie	ryžové Krispies
101	Cereálie	s Calvados
100	Cereálie	s jablkami a škoricou
135	Cereálie	s hrozienkami a orechmi
133	Cereálie	s hrozienkami, General Mills, všetky
134	Cereálie	s hrozienkami, Kellogg's
110	Cereálie	škoricové Life
130	Cereálie	zmes 19 rôznych

102	Cereálie	zmes 4 rôznych
138	Cereálie	špeciálne K
225	Cesnak	surový
766	Cesto listové	mrazené, pripravené na pečenie, pečené
65	Cesto na koláč	grahamové
64	Cesto na koláč	pečené, mrazené
63	Cesto na koláč	pečené, recept
147	Cestoviny	mrazené, obyčajné, varené
250	Cibuľa	čerstvá
251	Cibuľa	čerstvá, varená, scedená
252	Cibuľa	sušená, kolieska
253	Cibuľka	jarná, čerstvá
941	Cibuľky	francúzske smažené
864	Cibuľové krúžky	obalené v strúhanke, smažené, z rýchleho občerstvenia
558	Cícer	konzervovaný
557	Cícer	sušený, varený
359	Citrón	čerstvý, bez šupky
964	Citronáda	
649	Cmar	
960	Cola	
961	Cola	diétnej
210	Coleslaw	domáca
852	Coleslaw	z rýchleho občerstvenia
211	Collard	čerstvý, varený, scedený
212	Collard	mrazený, varený, scedený
824	Corn dog	mrazený
221	Croissanty	
301	Cuketa	čerstvá
302	Cuketa	varená, scedená
765	Cukor	biely, krupica
763	Cukor	hnedý
690	Cukríky	mäkké gumové
689	Cukríky	tvrdé
996	Čaj	bylinkový
998	Čaj	citrónový, sladený
999	Čaj	citrónový, sladený umelým sladidlom
997	Čaj	instantný, prášok, pripravený, nesladený
224	Čakanka	kučeravá, Escarole, čerstvá
345	Čerešne	čerstvé, bez kôstok

366	Čerešne Maraschino	konzervované, scedené
346	Čerešňová náplň do koláčov	konzervovaná
549	Červené bôby	konzervované
542	Červené bôby	sušené, varené
522	Červenica	pečená alebo grilovaná
932	Čili prášok	
700	Čokoláda	mliečna, obyčajná
702	Čokoláda	mliečna, s arašíidmi, Mr. Goodbar
701	Čokoláda	mliečna, s mandľami
934	Čokoláda	na pečenie, neprisladená, rozpustená
933	Čokoláda	na pečenie, neprisladená, v pevnom stave
708	Čokoláda	špeciálna tmavá, sladká (Hershey)
180	Čokoláda	tabuľka, biela
969	Čokoládový prášok	
972	Čučoriedková náplň do koláčov	konzervovaná
341	Čučoriedky	čerstvé
342	Čučoriedky	mrazené, prisladené
679	Dánske pečivo	ovocné
678	Dánske pečivo	žervé
350	Datle	bez kôstok
632	Dip kôprový	
802	Dresing Caesar	nízkotučný
801	Dresing Caesar	normálny
803	Dresing Coleslaw	
812	Dresing farmársky	nízkotučný
811	Dresing farmársky	normálny
813	Dresing farmársky	odtučnený
805	Dresing francúzsky	nízkotučný
804	Dresing francúzsky	normálny
553	Dresing Mayo	omáčka Miracle, diétnej
550	Dresing Mayo	omáčka Miracle, obyčajná
815	Dresing ruský	nízkotučný
814	Dresing ruský	normálny
828	Dresing šalátový	farmársky, bez tuku
798	Dresing šalátový	Tisíc ostrovov, bez tuku
807	Dresing taliansky	nízkotučný
806	Dresing taliansky	normálny
294	Dresing taliansky šalátový	bez tuku
817	Dresing Tisíc ostrovov	nízkotučný
816	Dresing Tisíc ostrovov	normálny

800	Dresing z modrého syra	nízkotučný
799	Dresing z modrého syra	normálny
435	Drobky kuracie	povarené
454	Drobky morčacie	povarené
289	Dyňa	konzervovaná
288	Dyňa	varená, pyré
780	Džemy	
980	Džús grapefruitový	koncentrát, mrazený, neprisadený, neriedený
981	Džús grapefruitový	koncentrát, mrazený, neprisadený, riedený
978	Džús grapefruitový	konzervovaný, neprisadený
979	Džús grapefruitový	konzervovaný, prisadený
976	Džús grapefruitový	ružový alebo biely, čerstvý
983	Džús hroznový	koncentrát, mrazený, prisadený, neriedený
984	Džús hroznový	koncentrát, mrazený, prisadený, riedený
982	Džús hroznový	vo fľaši alebo konzervovaný
974	Džús jablčný	koncentrát, mrazený, neriedený
975	Džús jablčný	mrazený, koncentrát, riedený
973	Džús jablčný	vo fľaši alebo konzervovaný
986	Džús pomarančový	konzervovaný, neprisadený
988	Džús pomarančový	neriedený
989	Džús pomarančový	riedený
985	Džús pomarančový	všetky druhy, čerstvý
913	Enchilada	hotová
551	Fazuľa	biela, konzervovaná
540	Fazuľa	čierna, sušená, varená
541	Fazuľa	Great Northern, sušená, varená
546	Fazuľa	pečená, samotná alebo vegetariánska, konzervovaná
545	Fazuľa	Pinto, sušená, varená
89	Fazuľa	strakatá, konzervovaná
544	Fazuľa biela	sušená, varená
170	Fazuľa Lima	baby, mrazená, varená, scedená
169	Fazuľa Lima	mrazená, varená, scedená
543	Fazuľa Lima	sušená, varená, veľká
578	Fazuľa smažená	konzervovaná
977	Fazuľa v paradajkovej omáčke	konzervovaná
175	Fazuľka zelená	konzervovaná, scedená
173	Fazuľka zelená	mrazená, varená, scedená
171	Fazuľka zelená	surová, varená, scedená

165	Fazuľové struky	surové
166	Fazuľové struky	varené, scedené
228	Fenikel	hľuza, surový
713	Figová tyčinka	sušienka
265	Figy	čerstvé
351	Figy	sušené
508	Filé rybie	v cestíčku alebo v strúhanke a smažené
556	Gaštany	európske, pečené, lúpané
323	Gaštany vodné	konzervované
955	Gin, rum, tequila, vodka, whisky	
31	Granola	mäkká, s čokoládovými kúskami
32	Granola	mäkká, s hrozienkami
30	Granola	tvrdá, obyčajná
355	Grapefruit	čerstvý, bez šupky, biely
354	Grapefruit	čerstvý, bez šupky, ružový alebo červený
356	Grapefruit	konzervovaný, riedky sirup
944	Guacamole	
688	Gumové medvedíky	
857	Hamburger	dvojité, normálny, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
859	Hamburger	dvojité, veľký, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
858	Hamburger	jednoduchý, normálny, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
860	Hamburger	jednoduchý, veľký, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
514	Homár	varený v pare
942	Horčica	pripravená, žltá
862	Hot dog	čili, z rýchleho občerstvenia
861	Hot dog	obyčajný, z rýchleho občerstvenia
418	Hovädzí	biftek, grilovaný, chudý
407	Hovädzí	orech, chudý
406	Hovädzí	orech, chudý aj tučný
903	Hovädzí bujón	instantná zmes, nepripravený
882	Hovädzí bujón	kondenzovaný, pripravený z vody
908	Hovädzí vývar	domáci
412	Hovädzia	pečeň, smažená
476	Hovädzie	Bologna
403	Hovädzie	dusené (hrud) alebo roštenka, chudá aj tučná
404	Hovädzie	dusené alebo roštenka, chudé
405	Hovädzie	konzervované

939	Hovädzie	mleté, najemno, 75 %, varené, opečené
937	Hovädzie	mleté, najemno, 80 %, varené, opečené
938	Hovädzie	mleté, najemno, 85 %, varené, opečené
414	Hovädzie	pečené rebrá, varené, chudé
413	Hovädzie	pečené rebrá, varené, chudé aj tučné
410	Hovädzie	mleté, 73 %, grilované
409	Hovädzie	mleté, 80 %, grilované
408	Hovädzie	mleté, 85 %, grilované
402	Hovädzie	spodný šál, varený, chudý
401	Hovädzie	spodný šál, varený, chudý aj tučný
419	Hovädzie	steaky, sviečková, grilované, chudé mäso
420	Hovädzie	steak, grilovaný, chudý
411	Hovädzie	sušené
416	Hovädzie	sviečková, grilovaná, chudá
415	Hovädzie	sviečková, grilovaná, chudá aj tučná
477	Hovädzie a bravčové	Bologna
821	Hovädzie dusené	konzervované
262	Hovädzie Enchilada so syrom	z rýchleho občerstvenia
483	Hovädzie sušené	naložené
278	Hranolčeky	mrazené, pečené v rúre
178	Hranolčeky	pečené
856	Hranolčeky	z rýchleho občerstvenia
548	Hrášok	Black eye, konzervovaný
547	Hrášok	Black eye, sušený, varený
256	Hrášok	cukrový, čerstvý, varený, scedený
257	Hrášok	cukrový, mrazený, varený, scedený
168	Hrášok	mrazený, varený, scedený
167	Hrášok	surový, varený, scedený
258	Hrášok	zelený, konzervovaný, scedený
259	Hrášok	zelený, mrazený, varený, scedený
728	Hrianka	obyčajná
44	Hrianka francúzska	mrazená
43	Hrianka francúzska	recept, 2 % mlieka, pečená
838	Hrianka s maslom	z rýchleho občerstvenia
392	Hrozenienka	bezkoštové
349	Hrozenienka	sušené
707	Hrozenienka v čokoláde	
357	Hrozno	bezkoštové, čerstvé
226	Hroznové listy	konzervované
336	Hruška japonská nashi	čerstvá
378	Hrušky	čerstvé

379	Hrušky	konzervované, hustý sirup
380	Hrušky	konzervované, v štave
242	Huby	čerstvé
244	Huby	konzervované, scedené
246	Huby	Shitake, scedené
245	Huby	Shitake, varené
243	Huby	varené, scedené
562	Hummus	z obchodu
449	Hus	mäso a koža, pečená
451	Hus	Pate de foi gras (paštéta z husacej pečene)
450	Hus	iba mäso, pečená
599	Cheddar	
600	Cheddar	nízkotučný
846	Cheeseburger	dvojitý, normálny, 3 ks pečiva, obyčajný, z rýchleho občerstvenia
845	Cheeseburger	dvojitý, normálny, obyčajný, z rýchleho občerstvenia
843	Cheeseburger	dvojitý, normálny, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
847	Cheeseburger	jednoduchý, normálny, obyčajný
844	Cheeseburger	jednoduchý, normálny, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
848	Cheeseburger	jednoduchý, veľký, šalát, paradajka, mayo, z rýchleho občerstvenia
106	Chex	cereálie s medom a orechmi
105	Chex	kukuričné cereálie
109	Chex	pšeničné cereálie
108	Chex	ryžové cereálie
107	Chex	viaczrnné cereálie
746	Chex mix	
851	Chilli con carne	z rýchleho občerstvenia
823	Chilli con carne s fazuľou	konzervované
705	Chipsy čokoládové	biele
704	Chipsy čokoládové	polosladké
747	Chipsy kukuričné	obyčajné
762	Chipsy tortillové	nacho, nízkotučné
761	Chipsy tortillové	nacho, normálne
759	Chipsy tortillové	obyčajné, normálne
760	Chipsy tortillové	pečené
754	Chipsy zemiakové	nízkotučné

752	Chipsy zemiakové	obyčajné, solené
755	Chipsy zemiakové	odtučnené
753	Chipsy zemiakové	smotana s cibuľou
28	Chlebovina	suchá zmes
98	Chlieb	bochník, francúzsky
103	Chlieb	cesnakový
93	Chlieb	veľký bochník, celozrnný
4	Chlieb banánový	recept, margarín
22	Chlieb biely	
24	Chlieb biely	diétny
23	Chlieb biely	s mäkkou kôrkou
25	Chlieb celozrnný	
8	Chlieb celozrnný	pšeničný
10	Chlieb francúzsky	
17	Chlieb hrozienkový	
11	Chlieb indický Naan	
9	Chlieb kukuričný	
36	Chlieb kukuričný	recept, 2 % mlieka
35	Chlieb kukuričný	zmes
52	Chlieb Matzo	obyčajný
99	Chlieb otrubový	
14	Chlieb ovsený	
16	Chlieb perníkový	
15	Chlieb Pita	
21	Chlieb pšeničný	diétny
18	Chlieb ryžový	
19	Chlieb ryžový	diétny
758	Chlieb ryžový chrumkavý	hranatý
12	Chlieb taliansky	
13	Chlieb viaczrnný	
940	Chren	pripravený
249	Ibištek	mrazený, varený, scedený
248	Ibištek	surový, varený, scedený
987	Jablčná náplň do koláča	
326	Jablká	čerstvé, olúpané
325	Jablká	čerstvé, so šupkou
329	Jablká	dusené bez cukru
328	Jablká	dusené s cukrom
327	Jablká	sušené
790	Jablko granátové	čerstvé

5	Jačmeň	varený
424	Jahňací	chrbát, grilovaný, chudý
423	Jahňací	chrbát, grilovaný, chudý aj tučný
500	Jahňacie	stehno, chudé, pečené
425	Jahňacie	stehno, pečené, chudé aj tučné
417	Jahňacie	mleté, varené, grilované
422	Jahňacie	rebierka, varené, chudé
421	Jahňacie	rebierka, varené, chudé aj tučné
493	Jahňacie	rebro, chudé, varené, pečené
397	Jahody	čerstvé, stredné
396	Jahody	čerstvé, veľké
398	Jahody	mrazené, prisladené, rozmrazené
952	Jicama	surová
666	Jogurt	biely, obyčajný
637	Jogurt	jemný, čokoládový
638	Jogurt	jemný, vanilkový
663	Jogurt	obyčajný, nízkotučný
665	Jogurt	obyčajný, odtučnený
662	Jogurt	ovocný, nízkotučný
664	Jogurt	ovocný, odtučnený
667	Jogurt	vanilkový alebo citrónový, nízkotučný
446	Kačica	mäso a koža, pečená
448	Kačica	Pekinská, prsia, mäso a koža, vykostená, pečená
447	Kačica	iba mäso, pečená
936	Kakaový prášok	neprisladený
233	Kaleráb	varený, scedený
190	Kapusta	čerstvé, strúhané
194	Kapusta	červená, surová, strúhaná
193	Kapusta	Napa
192	Kapusta	Pak choi alebo bok choy
191	Kapusta	varená
292	Kapusta kyslá	konzervovaná
343	Karambola	čerstvá
699	Karamely	čokoládové
698	Karamely	obyčajné
201	Karfiol	čerstvý
202	Karfiol	čerstvý, varený, scedený
203	Karfiol	mrazený, varený, scedený
94	Kaša ovosená	obyčajná, instantná, obohatená

97	Kaša ovsená	obyčajná, rýchla alebo instantná, neobohatena
95	Kaša ovsená	s jablkami a škoricou, instantná
96	Kaša ovsená	s javorovým a hnedým cukrom, instantná
139	Kaša ovsená pražená	Quaker, s medom a orechmi
971	Káva	espresso
970	Káva	varená
930	Kečup	
231	Kel	čerstvý, varený, scedený
232	Kel	mrazený, varený, scedený
195	Kel kučeravý	surový, strúhaný
189	Kel ružičkový	čerstvý, varený, scedený
188	Kel ružičkový	mrazený, varený, scedený
554	Kešu	solené, pražené nasucho
358	Kivi	čerstvé, bez šupky
945	Klementínky	
479	Klobása	hovädzia a bravčová, údená
480	Klobása	bravčová, varená
482	Klobása Chorizo	hovädzia a bravčová
559	Kokos	surový, strúhaný, nebalený
560	Kokos	surový, strúhaný, sušený, prisladený
661	Kokteil jogurtový s džúsom	
659	Kokteil mliečny	hustý, čokoládový
660	Kokteil mliečny	hustý, vanilkový
352	Kokteil ovocný	konzervovaný, hustý sirup
353	Kokteil ovocný	konzervovaný, v štave
990	Kokteil z brusnicového džúsu	
775	Kokteil zmrzlinový	
668	Koláč Angelfood	
87	Koláč banánový krémový	pripravený podľa receptu
781	Koláč broskyňový	
70	Koláč citrónový	šľahaný
68	Koláč čerešňový	
69	Koláč čokoládový krémový	
676	Koláč čokoládový s čokoládovou polevou	
67	Koláč čučoriedkový	
685	Koláč desiatový	čokoládový, plnený krémom, s polevou
686	Koláč desiatový	čokoládový, s polevou, nízkotučný
72	Koláč dyňový	
66	Koláč jablčný	

677	Koláč kávový	
669	Koláč krémový Boston	
682	Koláč ovocný	
71	Koláč pekánový	
158	Koláč ryžový	hnedá ryža, samotná
675	Koláč tvarohový	
176	Koláč tvarohový	nepečený, pripravený zo zmesi
673	Koláčiky	instantná zmes, Angelfood
674	Koláčiky	instantná zmes, žlté, svetlé, voda, vaječné bielky, bez polevy
658	Koňak vaječný	
222	Kôpor	čerstvý
946	Korbáčiky	
208	Koriander	čerstvý
504	Krab	aljašský kráľovský, varený
506	Krab	koláč, vajcia, cibuľa, margarín, smažený
505	Krab	mäso, konzervovaný
182	Krém kokosový	
91	Krém pšeničný	obyčajný
92	Krém pšeničný	rýchly
530	Krevety	konzervované, scedené, tuhé
529	Krevety	obalené v strúhanke, smažené
870	Krevety	obalené v strúhanke, smažené, z rýchleho občerstvenia
41	Krutóny	korenené
217	Kukurica	celé zrná, konzervovaná
213	Kukurica	čerstvá, klas
216	Kukurica	krémová, konzervovaná
214	Kukurica	mrazená, klas
215	Kukurica	zrná, čerstvá
444	Kuracia pečeň	povarená
822	Kuracie mäso	zaapekané, mrazené
443	Kurča	cornwallská sliepka, mäso a koža, pečená
437	Kurča	diétne mäso, iba mäso, pečené
436	Kurča	diétne mäso, iba mäso, smažené
442	Kurča	konzervované, iba mäso, s vývarom
441	Kurča	krídlo, mäso a koža, smažené, v múke
440	Kurča	krídlo, mäso a koža, smažené, v cestíčku
428	Kurča	mäso a koža, pečené
427	Kurča	mäso a koža, smažené, v múke

426	Kurča	mäso a koža, smažené, v cestíčku
430	Kurča	prsia, iba mäso, grilované
429	Kurča	prsia, iba mäso, smažené
445	Kurča	Rotisserie, diétne mäso, iba mäso, pečené
439	Kurča	stehno, mäso a koža, smažené, v múke
438	Kurča	stehno, mäso a koža, smažené, v cestíčku
434	Kurča	kúsky, mäso a koža, smažené, v múke
433	Kurča	kúsky, mäso a koža, smažené, v cestíčku
432	Kurča	tmavé mäso, iba mäso, pečené
431	Kurča	tmavé mäso, iba mäso, smažené
965	Kurča Sweet & sour	konzervované
40	Kuskus	varený
317	Kvaka	varená, kocky
291	Kvaka	varená, scedená
951	Kvasnice	sušené, aktívne
826	Lasagne	s mäsom a omáčkou
827	Lasagne	zeleninové
956	Likéry	(53 proof)
993	Limonáda	koncentrovaná, pripravovaná z ľadu
994	Limonáda	prášok, pripravovaná z vody
968	Limonáda z červenej repy	
524	Losos	konzervovaný (ružový), v štave (vr. kostí)
523	Losos	pečený alebo grilovaný
525	Losos	údený
159	Lucerna	surová
75	Lúpačky	so škoricou a hrozienkami, z obchodu
76	Lúpačky	so škoricou, mrazené cesto, pečené
114	Lupienky kukuričné	General Mills, cereálne
115	Lupienky kukuričné	Kellogg's
693	M&M's	arašidové (M&M Mars)
694	M&M's	obyčajné (M&M Mars)
809	Majonéza	diétna (bez cholesterolu)
808	Majonéza	normálna
810	Majonéza	odtučnená
819	Makaróny	hovädzie, mrazené, Healthy choice
142	Makaróny	varené
515	Makrela	varená
393	Maliny	čerstvé
394	Maliny	mrazené, prisadené, rozmrazené
364	Mandarínky	riedky sirup

995	Mandle	
365	Mango	čerstvé, bez šupky a kôstky
209	Mangold	švajčiarsky, čerstvý
785	Margarín	obyčajný (80 % tuku)
789	Margarín	roztierateľný (40 % tuku)
787	Margarín	roztierateľný (60 % tuku)
332	Marhule	čerstvé
333	Marhule	konzervované, polovice, hustý sirup
334	Marhule	konzervované, polovice, v štave
335	Marhule	sušené
691	Marshmallow	miniatúrny
692	Marshmallow	normálny
783	Maslo	nesolené
782	Maslo	solené
696	Maslo arašídové	(Hershey)
654	Mäsové guľky	s cestovinami a omáčkou, konzervované
650	Mäsové guľky	s cestovinami a omáčkou, mrazené
784	Mast	
531	Mečúň	pečený alebo grilovaný
779	Med	
771	Melasa	
367	Melón	Cantaloupe, mesiačik bez šupky
368	Melón	Honeydew, mesiačik bez šupky
400	Melón vodný	čerstvý, mesiačik
695	Milky Way	(M&M Mars)
653	Mlieko	kondenzované, konzervované, odtučnené
652	Mlieko	kondenzované, konzervované, plnotučné
647	Mlieko	nízkotučné (1 %)
648	Mlieko	odtučnené
645	Mlieko	plnotučné (3,25 %)
646	Mlieko	polotučné (2 %)
656	Mlieko čokoládové	so zníženým obsahom tuku, z obchodu
655	Mlieko čokoládové	z obchodu
657	Mlieko čokoládové	z obchodu, nízkotučné
651	Mlieko kondenzované	prisadené, konzervované
582	Mlieko sójové	
478	Morčacie	Bologna
496	Morka	biela, tenké plátky
459	Morka	placky, v strúhanke alebo v cestíčku, smažená

452	Morka	prisia, mäso a koža, pečená
455	Morka	mletá, varená
456	Morka	svetlé aj tmavé mäso, na kocky, korenene
457	Morka	svetlé mäso, mäso a koža, pečená
458	Morka	svetlé mäso, iba mäso, pečená
453	Morka	tmavé mäso, mäso a koža, pečená
613	Mozzarella	plnotučné mlieko
198	Mrkva	baby
197	Mrkva	čerstvá
199	Mrkva	čerstvá, varená, scedená
172	Mrkva	konzervovaná
200	Mrkva	mrazená, varená, scedená
48	Múčka kukuričná	masa
54	Muffin	čučoriedkový, zmes
53	Muffin	čučoriedkový, z obchodu
57	Muffin	kukuričná zmes
56	Muffin	kukuričný, z obchodu
58	Muffin	ovsené otruby, z obchodu
55	Muffin	s hroznenkami
42	Muffin anglický	obyčajný
267	Múka	pšeničná celozrnná
45	Múka chlebová	
47	Múka koláčová	
38	Múka kukuričná	žltá, sušená, bežná
37	Múka kukuričná	žltá, sušená, celozrnná
46	Múka pohánková	celozrnná
50	Múka pšeničná	
49	Múka s práškom do pečiva	
516	Mušle	robené v pare
528	Mušle	varené v pare
527	Mušle	varené, obalené v strúhanke, smažené
502	Mušle	konzervované, scedené, tuhé
899	Mušle	Nové Anglicko, hotové, nízkotučné, málo solené
501	Mušle	obalené v strúhanke, smažené
764	Nachos so syrom	z rýchleho občerstvenia
570	Nátierka arašidová	obyčajná, jemná
571	Nátierka arašidová	obyčajná, s kúskami
572	Nátierka arašidová	so zníženým obsahom tuku, jemná
369	Nektárinky	čerstvé

268	Nové korenie	konzervované
850	Nugety kuracie	vykostené (obalené v strúhanke a smažené), obyčajné, z rýchleho občerstvenia
943	Nutella	
950	Ocot	destilovaný
949	Ocot	jablčný
318	Okrúhlica	čerstvá, varená, scedená
319	Okrúhlica	mrazená, varená, scedená
791	Olej canola	
372	Olivy	čierne, konzervované, zrelé
371	Olivy	zelené, nakladané
911	Omáčka Barbecue	
348	Omáčka brusnicová	prisadená, konzervovaná
921	Omáčka hovädzia	konzervovaná
923	Omáčka hubová	konzervovaná
922	Omáčka kuracia	konzervovaná
924	Omáčka morčacia	konzervovaná
917	Omáčka na špagety	
918	Omáčka Sweet 'n sour	
912	Omáčka syrová	hotová
914	Omáčka syrová Nacho	hotová
919	Omáčka Teriyaki	
920	Omáčka worcesterská	
596	Omeleta vaječná	obyčajná
724	Oplátky vanilkové	nízkotučné
967	Oranžáda	
552	Orechy	brazílske, lúpané
555	Orechy	kešu, solené, pražené na oleji
539	Orechy	mandle, lúpané
561	Orechy lieskové	sekané
564	Orechy Macadamia	pražené nasucho, solené
732	Orechy s araďidmi (zmes)	pražené na oleji, solené
703	Orechy s araďidmi (zmes)	pražené, solené
588	Orechy vlašské	sekané
304	Orešák	mrazený, varený, tlačený
498	Ostriež	morský, varený, sušený teplom
497	Ostriež	sladkovodný, varený, sušený teplom
517	Ostriežik morský	varený
339	Ostružiny	čerstvé
340	Ostružiny	konzervované, hustý sirup

90	Ostružiny	mrazené
88	Otruby kukuričné	biele alebo žlté
59	Otruby ovsené	nevarené
60	Palacinky	mrazené, hotové
840	Palacinky	s maslom a sirupom, z rýchleho občerstvenia
61	Palacinky	zmes
62	Palacinky	zmes, 2 % mlieka, vajcia a olej
229	Palmové srdiečka	konzervované
373	Papája	čerstvá
261	Papričky čili	čerstvé, zelené alebo červené
263	Papričky Jalapenos	konzervované
264	Paprika	zelená alebo červená, čerstvá
266	Paprika	zelená alebo červená, varená, scedená
260	Papriky dlhé	čerstvé
309	Paradajky	čerstvé
316	Paradajky	dusené, konzervované
310	Paradajky	cherry
311	Paradajky	konzervované
315	Paradajky	omáčka, konzervované
312	Paradajky	sušené na slnku, samotné
616	Parmezán	
494	Párok letný	cervelát, hovädzí a bravčový
487	Párok v rožku frankfurtský	hovädzí
488	Párok v rožku frankfurtský	hovädzí a bravčový
495	Párok viedenský	
489	Pastrami	hovädzie, nakladané
255	Paštornák	varený, scedený
207	Pažítka	čerstvá
792	Pečivo	zákuskové, mrazené
793	Pečivo	zákuskové, ovocné
80	Pečivo drobné	nízkotučné
79	Pečivo drobné	ovocné
574	Pekany	polené
490	Pepperoni	bravčové, hovädzie
254	Petržlenová vráť	čerstvá
270	Pickles	ochutené, sladké
269	Pickles	uhorkové, s kôpprom
576	Pistácie	pražené, solené, lúpané
683	Piškóta	maslová
684	Piškóta	odtučnená

953	Pivo	obyčajné
954	Pivo	svetlé
962	Pivo zázvorové	
866	Pizza	pepperoni, z rýchleho občerstvenia
788	Pizza	s mäsom a zeleninou, mrazená, pečená
865	Pizza	syrová, z rýchleho občerstvenia
786	Pizza Pepperoni	mrazená, pečená
830	Placky vegetariánske	mrazené, Morningstar farms
512	Platesa	pečená alebo grilovaná
510	Platesa alebo morský jazyk	pečená alebo grilovaná
644	Pohár zmrzlinový	
854	Pohár zmrzlinový	horúci fudge, z rýchleho občerstvenia
772	Poleva	čokoládová, hotová
773	Poleva	vanilková, hotová
795	Polievka	zemiaková, kondenzovaná, konzervovaná, s mliekom
876	Polievka brokolicovo-cheddarová	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
875	Polievka brokolicovo-syrová	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
904	Polievka cibuľová	instantná zmes, nepripravená
907	Polievka cibuľová	instantná zmes, pripravená z vody
883	Polievka hovädzia rezancová	kondenzovaná, pripravená z vody
889	Polievka hrášková	kondenzovaná, pripravená z vody
880	Polievka hubová	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
887	Polievka hubová krémová	kondenzovaná, pripravená z vody
879	Polievka kuracia	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
886	Polievka kuracia krémová	kondenzovaná, pripravená z vody
897	Polievka kuracia rezancová	hotová, nízkotučná, málo solená
893	Polievka kuracia rezancová	hotová, sýta
906	Polievka kuracia rezancová	instantná zmes, pripravená z vody
884	Polievka kuracia rezancová	kondenzovaná, pripravená z vody
898	Polievka kuracia s ryžou a zeleninou	hotová, nízkotučná, málo solená
894	Polievka kuracia zeleninová	hotová, sýta
901	Polievka minestrone	hotová, nízkotučná, málo solená
888	Polievka minestrone	kondenzovaná, pripravená z vody
881	Polievka paradajková	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
890	Polievka paradajková	kondenzovaná, pripravená z vody

905	Polievka rezancová Ramen	kuracia, instantná zmes, nepripravená
900	Polievka šošovicová	hotová, nízkotučná, málo solená
51	Polievka špargľová	kondenzovaná, konzervovaná, s mliekom
885	Polievka z mušlí	Manhattan, kondenzovaná, pripravená z vody
877	Polievka z mušlí	Nové Anglicko, kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
902	Polievka zeleninová	hotová, nízkotučná, málo solená
895	Polievka zeleninová hovädzia	hotová, sýta
891	Polievka zeleninová hovädzia	kondenzovaná, pripravená z vody
892	Polievka zeleninová vegetariánska	kondenzovaná, pripravená z vody
878	Polievka zelerová	kondenzovaná, pripravená z plnotučného mlieka
520	Pollock	pečený alebo grilovaný
370	Pomaranče	čerstvé, bez šupky a kôstok
750	Popcorn	karamelový, s arašídmami
749	Popcorn	pražený na oleji, solený
748	Popcorn	pražený vzduchom, nesolený
751	Popcorn	syrový
234	Pór	varený, scedený
757	Praclíky	točené
756	Praclíky	tyčinky
926	Prášok do pečiva	
314	Pretlak paradajkový	konzervovaný
509	Prsty rybie	v strúhanke, mrazené, predhriate
532	Pstruh	pečený alebo grilovaný
739	Puding	čokoládový, hotový, obyčajný
743	Puding	čokoládový, hotový, odtučnený
735	Puding	čokoládový, instantná zmes pripravená z 2 % mlieka
736	Puding	čokoládový, instantná zmes pripravená z 2 % mlieka, normálny, varený
740	Puding	ryžový, hotový, obyčajný
741	Puding	tapioka, hotový, obyčajný
744	Puding	tapioka, hotový, odtučnený
742	Puding	vanilkový, hotový, obyčajný
745	Puding	vanilkový, hotový, odtučnený
737	Puding	vanilkový, instantná zmes pripravená z 2 % mlieka
738	Puding	vanilkový, instantná zmes pripravená z 2 % mlieka, normálny, varený

991	Punč ovocný	
820	Ravioly	s paradajkovou a mäsovou omáčkou, konzervované
395	Rebarbora	mrazená, varená s cukrom
797	Rebarbora	mrazená, varená s cukrom
290	Redkovky	surové
177	Repa	celá alebo plátky, varená, scedená
179	Repa	konzervovaná, scedená
181	Repa	zelené, listy a stopky, varené, scedené
143	Rezance	chow mein, konzervované
146	Rezance	japonské, soba, varené
144	Rezance	vaječné, obyčajné, varené
145	Rezance	vaječné, špenátové, varené
818	Rezance vaječné Alfredo	sušená zmes
618	Ricotta	plnotučné mlieko
619	Ricotta	polotučné mlieko
74	Rožky	hamburgery, párky v rožku
247	Rukola	Mustard greens, varená, scedená
154	Ryža	biela, dlhozrnná, instantná
152	Ryža	biela, dlhozrnná, surová
153	Ryža	biela, dlhozrnná, varená
157	Ryža	divá, varená
151	Ryža	hnedá, dlhozrnná, varená
155	Ryža	instantná, surová
156	Ryža	instantná, varená
150	Ryža	rezance, varené
831	Ryža mexická	príloha, sušená zmes
492	Saláma	hovädzia a bravčová, sušená
491	Saláma	hovädzia a bravčová, varená
915	Salsa	
526	Sardinky	atlantické, konzervované v oleji, scedené (vr. kostí)
931	Semená zelerové	
577	Semienka dyňové	pražené, solené
575	Semienka píniové	lúpané
579	Semienka sezamové	
586	Semienka slnečnicové	pražené, solené
837	Sendvič	s vajcom a párkom, z rýchleho občerstvenia
855	Sendvič rybí	obalený v strúhanke a smažený, s tatárskou omáčkou, syrom, z rýchleho občerstvenia

849	Sendvič s kuracím mäsom	obalený v strúhanke a smažený, obyčajný, z rýchleho občerstvenia
825	Sendvič so šunkou a syrom	mrazený
871	Sendvič Sub	olej a ocot, syr, saláma, šunka, zelenina, z rýchleho občerstvenia
872	Sendvič Sub	pečené hovädzie, mayo, zelenina, z rýchleho občerstvenia
928	Sendvič Sub	studený
873	Sendvič Sub	tuniakový šalát, mayo, šalát, z rýchleho občerstvenia
868	Shake	čokoládový, z rýchleho občerstvenia
869	Shake	vanilkový, z rýchleho občerstvenia
768	Sirup čokoládový	fudge
767	Sirup čokoládový	riedky
770	Sirup javorový	
769	Sirup kukuričný	ľahký
925	Slanina plátky	
513	Sled'	naložený
388	Slivky	čerstvé
390	Slivky	dusené, neprisladené
389	Slivky sušené	vykôškované, nevarené
626	Smotana	do kávy
633	Smotana	instantná
634	Smotana	instantná s plnotučným mliekom
625	Smotana	napoly
635	Smotana	pašterizovaná
630	Smotana kyslá	nízkotučná
629	Smotana kyslá	obyčajná
631	Smotana kyslá	odtučnená
636	Smotanové výrobky	našľahané, mrazené
697	Snickers	
963	Sóda hroznová	
929	Sóda jedlá	
580	Sója	Miso
916	Sójová omáčka	
581	Sójové bôby	sušené, varené
296	Sójové bôby	zelené, varené, scedené
583	Sójové zrná	pražené
835	Souffle špenátové	domáce
833	Steak salisburský	mrazený
27	Strúhanka	sušená, strúhaná, korenená

26	Strúhanka	sušená, strúhaná, obyčajná
205	Sucháre	so syrom
734	Sucháre celozrnné	
727	Sucháre grahamové	drvené
726	Sucháre grahamové	obyčajné
733	Sucháre pšeničné	
729	Sucháre ryžové	celozrnné, obyčajné
730	Sucháre slané	štvorcové
725	Sucháre syrové	
731	Sucháre štandardné	guľaté alebo veľkosť „sústa“
499	Sumec	obaľovaný v strúhanke, smažený
709	Sušienky	maslové, z obchodu
6	Sušienky	obyčajné alebo maslové, recept, 2 % mlieka
723	Sušienky	recept, margarín
722	Sušienky	cesto, chladené
721	Sušienky	z obchodu
7	Sušienky	zmrazené cesto, pečené, normálne
719	Sušienky čokoládové s krémovou náplňou	
720	Sušienky linecké	z obchodu, obyčajné
672	Sušienky orieškové	(Brownie), instantná zmes, nízkotučné
670	Sušienky orieškové	(Brownie), z obchodu, bez polevy, obyčajné
671	Sušienky orieškové	(Brownie), z obchodu, bez polevy, odtučnené
715	Sušienky ovsené	mäkké
714	Sušienky ovsené	normálne, veľké
716	Sušienky ovsené	odtučnené
712	Sušienky s čokoládovými chipsami	chladené cesto, z obchodu
711	Sušienky s čokoládovými chipsami	z obchodu, nízkotučné
710	Sušienky s čokoládovými chipsami	z obchodu, normálne
718	Sušienky s arašídovým maslom	recept s margarínom
717	Sušienky s arašídovým maslom	z obchodu
622	Syr americký	pasterizovaný, obyčajný
623	Syr americký	pasterizovaný, odtučnený
610	Syr Feta	
611	Syr Gouda	
597	Syr modrý	
612	Syr Monterey	
614	Syr Muenster	
615	Syr Neufchatel	
174	Syr Provolone	
617	Syr Provolone	

620	Syr Romano	
609	Syr strúhaný	
621	Syr švajčiarsky	
624	Syr švajčiarsky	pasterizovaný
235	Šalát	čerstvý
867	Šalát	kurací, bez dresingu, z rýchleho občerstvenia
237	Šalát hlávkový	Iceberg, strúhaný
236	Šalát hlávkový	Iceberg, list
239	Šalát hlávkový	Looseleaf, kúsky, strúhaný
238	Šalát hlávkový	Looseleaf, list
241	Šalát hlávkový	Romaine lettuce, strúhaný
240	Šalát hlávkový	Romaine lettuce, srdiečko
537	Šalát tuniakový	v oleji, s príchutou, dresing mayo
285	Šalát zemiakový	domáci
295	Šalotka	čerstvá
681	Šiška	s polevou
680	Šiška	lievanec
935	Škorica	
39	Škrob kukuričný	
627	Šľahačka	nešťahaná
628	Šľahačka	nešťahaná, nízkotučná
947	Šľahačka	striekaná
563	Šošovica	sušená, varená
149	Špagety	celozrnné, varené
834	Špagety boloňské	mrazené, Healthy Choice
163	Špargľa	konzervovaný, rezy, scedený
162	Špargľa	mrazený, varený, scedený
161	Špargľa	surový, varený, scedený
297	Špenát	čerstvý
298	Špenát	čerstvý, varený, scedený
300	Špenát	konzervovaný, scedený
299	Špenát	mrazený, varený, scedený
386	Šťava ananásová	neprisladená, konzervovaná
360	Šťava citrónová	čerstvá
361	Šťava citrónová	konzervovaná alebo vo fláši, neprisladená
992	Šťava hroznová	
331	Šťava jablčná	konzervovaná, neprisladená
330	Šťava jablčná	konzervovaná, prisladená
362	Šťava limetková	čerstvá
363	Šťava limetková	konzervovaná, neprisladená

196	Šťava mrkvová	konzervovaná
313	Šťava paradajková	konzervovaná, slaná
391	Šťava slivková	konzervovaná alebo vo flăsi
320	Šťava zeleninová	kokteil, konzervovaná
463	Šunka	čerstvá, varená, chudá a tučná
462	Šunka	konzervovaná
465	Šunka	stehno, pečená, chudá a tučná
464	Šunka	naložená, chudá a tučná
486	Šunka	v mede, údená, varená
485	Šunka	varená, extra chudá
484	Šunka	varená, normálna
874	Taco	hovädzie
77	Taco škrupinky	pečené
587	Tahini	
399	Tangerinky	čerstvé, bez šupky a kôstok
78	Tapioka	krupica, sušená
303	Tekvica	pečená
472	Telacie	kotlety, dusené, chudé aj tučné
473	Telacie	kotlety, v strúhanke, varené, chudé aj tučné
585	Tofu	mäkké
584	Tofu	pevné
230	Topinambury	čerstvé
836	Tortellini	cestoviny so syrovou náplňou, mrazené
81	Tortilla	kukuričná
82	Tortilla	múka
503	Treska	pečená alebo grilovaná
511	Treska	pečená alebo grilovaná
927	Tuk pokrmový	na akékoľvek účely
534	Tuniak	konzervovaný, scedený, v oleji, kúsky
535	Tuniak	konzervovaný, scedený, vo vode, kúsky
536	Tuniak	konzervovaný, scedený, vo vode, vcelku
533	Tuniak	pečený alebo grilovaný
602	Tvaroh	krémový s ovocím
604	Tvaroh	nízkotučný (1 %)
603	Tvaroh	nízkotučný (2 %)
605	Tvaroh	odtučnený
601	Tvaroh	viac alebo menej tučný
774	Tyčinka	s ovocím a šťavou, mrazená
33	Tyčinka Nutri cereálna	ovocná
29	Tyčinka raňajková	cereálna kôrka, ovocná náplň, netučná

121	Tyčinky slané	
829	Tyčinky so syrom Mozzarella	
507	Úhor	varený, sušený teplom
220	Uhorka	neolúpaná
219	Uhorka	olúpaná
519	Ustrice	obalené v strúhanke, smažené
518	Ustrice	iba surové mäso
590	Vajcia	bielok, čerstvé
589	Vajcia	celé, čerstvé
573	Vajcia	celé, smažené
594	Vajcia	praženica, s margarínom, plnotučným mliekom, soľou
595	Vajcia	náhradka, tekutá
593	Vajcia	uvarené so soľou
592	Vajcia	varené natvrdo, bez škrupinky
591	Vajcia	žltok, čerstvé
948	Vanilínový extrakt	
959	Víno	biele
957	Víno	červené
958	Víno	ružové/červenkasté
344	Višne	červené, vykôstkovane, konzervované, vo vode
164	Výhonky bambusové	konzervované, scedené
909	Vývar kurací	domáci
896	Vývar kurací	hotový, nízkotučný, málo solený
910	Vývar rybí	domáci
84	Waffle	obyčajné, mrazené, opečené
85	Waffle	obyčajné, nízkotučné
83	Waffle	obyčajné, recept
73	Závin	ako hlavný chod
227	Zázvor	surový
321	Zelenina	zmes, konzervovaná, scedená
322	Zelenina	zmes, mrazená, varená, scedená
204	Zeler	čerstvý
206	Zeler	varený
280	Zemiaková kaša	domáca
282	Zemiaková kaša	domáca, s mliekom
283	Zemiaková kaša	domáca, s mliekom, margarínom
279	Zemiaková kaša	mrazená
281	Zemiaková kaša	sušená, s mliekom, maslom, soľou

863	Zemiaková kaša	z rýchleho občerstvenia
284	Zemiakové placky	domáce
796	Zemiaky	červené, pečené v šupke
274	Zemiaky	olúpané po uvarení
275	Zemiaky	olúpané pred uvarením
271	Zemiaky	pečené v šupke
272	Zemiaky	pečené, bez šupky
273	Zemiaky	pečené, iba šupka
287	Zemiaky	vrúbkované, domáce, maslo
286	Zemiaky	vrúbkované, instantná zmes, plnotučné mlieko, maslo
218	Zemiaky chrumkavé	obyčajné
86	Zemiaky pečené	so syrom, z rýchleho občerstvenia
839	Zemiaky Roesti	z rýchleho občerstvenia
307	Zemiaky sladké	kandizované
308	Zemiaky sladké	konzervované, v sirupe, scedené
305	Zemiaky sladké	pečené v šupke
306	Zemiaky sladké	varené bez šupky
324	Zemiaky sladké	varené, grilované, scedené alebo pečené
277	Zemiaky zapekané	domáce, príprava s maslom
276	Zemiaky zapekané	sušená zmes, príprava s maslom
639	Zmrzlina	čokoládová
640	Zmrzlina	čokoládová, nízkotučná
643	Zmrzlina	jemná, vanilková
184	Zmrzlina	kornúty
641	Zmrzlina	vanilková
853	Zmrzlina	vanilková, jemná, v kornúte, z rýchleho občerstvenia
642	Zmrzlina	vanilková, nízkotučná
293	Zmrzlina jahodová	
776	Zmrzlina talianska	pripravená v reštaurácii
538	Zubáč	šťuka
474	Zverina	chrábát, varený, grilovaný, chudý
475	Zverina	vrchný šál, varený, grilovaný, chudý
778	Želatína	dezertná, prášok a voda, nízkotučná
777	Želatína	dezertná, prášok a voda, obyčajná
607	Žervé	nízkotučné
606	Žervé	obyčajné
608	Žervé	odtučnené