

Glutamat i livsmedel

CHIPS



Pringles

Sourcream and Onion



OLW

Sourcream and Onion

KÖTTBULLAR



Scan

Mamma Scans
köttbullar



Ica

Köttbullar

GRÖNSAKSBULJONG (TÄRNINGAR)



Biofood
Grönsaksbuljong



Knorr
Grönsaksbuljong

KÖTTSOPPA (KONCENTRERAD)



Findus
Köttsockpa



Knorr
Köttsockpa

Innehåller jästextrakt /tillsatt glutamat	-	Jästextrakt	-	Jästextrakt	-	Jästextrakt	Jästextrakt	Glutamat (mononatriumglutamat, E621)
---	---	-------------	---	-------------	---	-------------	-------------	--------------------------------------

ANALYSRESULTAT MG/100 G (HALTEN I UTSPÄDD PRODUKT INOM PARENTES)

Glutaminsyra totalhalt (fri och bunden)	642	729	1 750	1 650	985* (19,7)	762 (15,2)	562 (281)	581 (290,5)
Fri glutaminsyra	65,2	85,5	<11	14,2	956* (19,2)	318 (6,4)	34,3 (17,2)	274 (137)

SÅ MYCKET KAN EN PERSON ÄTA INNAN HEN KOMMER ÖVER ACCEPTERAT DAGLIGT INTAG FÖR FRI GLUTAMINSYRA, 30MG/KG KROPPSVIKT OCH DAG:

Ett barn som väger 25 kilo:	Sex förpackningar à 190 g.	Drygt tre påsar à 275 g.	524 köttbullar à 13 g.	406 köttbullar à 13 g.	Nästan åtta tärningar eller fyra liter buljong.	Nästan 24 tärningar eller 12 liter buljong.	Nästan 18 portioner färdig soppa.	Drygt två portioner färdig soppa.
En vuxen som väger 65 kilo:	Nästan sexton förpackningar à 190 g.	Drygt åtta påsar à 275 g.	Minst 1 367 köttbullar à 13 g.	1 059 köttbullar à 13 g.	Drygt 20 tärningar eller cirka tio liter buljong.	61 tärningar eller drygt 30 liter buljong.	Nästan 46 portioner färdig soppa.	Nästan sex portioner färdig soppa.