

Kereskedelmi forgalomból származó élelmiszerek sótartalma (g/100 g)

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Tejtermékek, margarinok			
1	Milli vajkrém parasztkolbászos, Friesland Foods	225	0,95
2	Milli vajkrém márványsajtos, Friesland Foods	225	0,84
3	Milli vajkrém magyaros, Friesland Foods	225	1,17
4	Milli vajkrém fokhagymás-zöldfűszeres, Friesland Foods	225	1,36
5	Milli vajkrém natúr, Friesland Foods	225	0,69
6	Milli vajkrém sonkás, Friesland Foods	225	1,22
7	Milli teavaj, Friesland Foods	100	kha
8	Oké félzsíros tehéntúró, Friesland Foods	250	kha
9	Camping füstölt ízű krémsajt	100	1,36
10	Coop Toast ömlesztett sajt	125	1,37
11	Coop Zöldfűszeres Szendvicskrém	125	1,10
12	Medve sajt rántanivaló (pultból)	-	1,92
13	Profi trappista sajt, Tolnatej (pultból)	-	1,65
14	Pannónia sajt (pultból)	-	0,74
15	Lengyel trappista sajt (pultból)	-	1,69
16	Gauda sajt (pultból)	-	1,97
17	Medve natúr ömlesztett háromszögsajt	200	1,03
18	Medve csípős paprikás sajt	200	1,00

19	Karaván füstölt ízű sajt	140	1,01
20	Profi tejszínes sajt	140	1,31
21	Profi tejszínes ömlesztett sajt	100	0,21
22	Profi metélőhagymás ömlesztett sajt	100	0,53
23	Tejföl, 20 %, Egertej Kft.	175	0,21
24	Félzsíros étkezési tehéntúró, Egertej Kft.	250	0,21
25	Egri ivójoghurt meggyes, Egertej Kft.	150	0,29
26	Egri tej (poharas), Egertej Kft.	2 dl	0,16
27	Egri élőflórás kefir, Egertej Kft.	175	0,22
28	Florin családi margarin	1000	0,56
29	Holland margarin	250	kha
30	Waja light margarin, Royal Brinkers	500	0,62
31	Liga margarin, Univer	250	0,30
32	CBA Lara margarin	500	0,53
33	CBA Light margarin	500	0,29
34	CBA kocka margarin, Royal Brinkers	250	0,42
35	CBA Creamy margarin	250	0,47
36	Profi Krémfehér Sajt, SOLE-MiZo Zrt.	250	3,49
37	Profi Sonkás zsíros ömlesztett sajt, ERU Hungária Sajtgyártó Kft.	140	1,06
38	Retro Camping sajt, tejszínes, ERU Hungária Sajtgyártó Kft.	100	1,05
39	Profi ömlesztett sajt pulykacomb-sonkás, Kisteleki M+M Sajtgyártó Kft.	100	1,01
40	Profi ömlesztett sajt metélő-hagymás, Kisteleki M+M Sajtgyártó Kft.	100	0,92
41	Camping Natúr lapkasajt, ERU Hungária Sajtgyártó Kft.	125	1,12
42	Beviva Omega 3&6 margarin, Raisio Polska Foods	400	0,9

43	CBA snack sajtszelet, ERU Hungária	125	0,75
44	CBA Toast sajtszelet, ERU Hungária	125	0,73
45	CBA szendvics sajtszelet, ERU Hungária	125	0,72

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Kenyérfélék, pékáruk			
1	Köményes-sós kifli	-	1,53
2	Zsömle	-	1,42
3	Fehér kenyér	1000	1,51
4	Félbarna kenyér	1000	1,59
5	Köményes-sós kifli	-	1,48
6	Köményes-sós kifli	-	1,48
7	Félbarna kenyér	-	1,52
8	Félbarna kenyér	-	1,63
9	Fehér kenyér	-	1,60
10	Fehér kenyér	-	1,56
11	Zsömle	-	1,36
12	Vizes zsömle	-	1,47
13	Szendvicskenyér amerikai módra	-	1,46
14	Szendvicskenyér amerikai módra	-	1,39
15	Bakonyi barna kenyér	-	1,46
16	Vajas toast kenyér	-	1,25
17	Fogyi kenyér	-	1,34
18	Klara toast	-	1,46
19	Kukoricás kenyér	-	1,33

20	Kornspitz	-	1,69
21	Coop Rozslánggal készült kenyér	1000	0,83
22	Coop Puffasztott búzaszelet	100	1,48
23	Alexi extrudált kukoricakenyér	110	kha
24	Rozscipó, Rádi Pékség Kft.	500	1,63
25	Alpesi rozskenyér, Rádi Pékség Kft.	-	1,48
26	Focaccino, Rádi Pékség Kft.	-	1,97
27	Rozsos kenyér, Rádi Pékség Kft.	500	1,88
28	Sajtos croissant, Rádi Pékség Kft.	-	2,50
29	Sörperec	180	2,17
30	Fehér kenyér	1000	1,37
31	Parasztkenyér	-	1,69
32	TS réteslap	-	0,83
33	TS pesti tartós kenyér	-	1,55
34	TS Mazsolás kalács	-	0,80
35	TS pizza lap	-	1,45
36	TS csíkos kalács	-	0,87
37	TV pizza lap	-	1,76
38	Mexikói párna, Roll Zrt	-	2,49
39	Fűszermagos zsemle, Roll Zrt	-	2,57
40	Dán zsemle	-	1,67
41	Rozsos kenyér	-	1,76
42	Extrudált kenyér Graham liszttel, Asix Distribution Kft.	125	1,47
43	Sajttal szórt pogácsa	250	2,52

44	Tepertős pogácsa	250	2,72
45	Sajtos- tökmagos buci	70	2,59
46	Norbi update 2 magkeverékes kenyér	-	1,44
47	Norbi update töltött péksütemény	-	0,87
48	Sajtos stangli	-	1,43

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Konzerv félkész és készételek			
1	Zöldséges aprópecsenye, Globus	400	1,45
2	Szalontüdő burgonyagombóccal, Globus	400	1,39
3	Francia jellegű melegszendvics-krém, Globus	400	1,38
4	Rakott káposzta gazdagon, Globus	400	1,60
5	Rizses lecsó kolbásszal, Globus	400	1,24
6	Zöldbabfőzelék pörkölttel, Globus	400	1,25
7	Sólet füstölt marhahússal, Globus	860	1,12
8	Provence-i melegszendvics-krém, Globus	290	1,00
9	Családi sertésmájás, Globus	190	1,69
10	CBA Lönchús, Globus	130	1,39
11	Töltött káposzta, Szegedi Paprika Zrt.	400	1,43
12	Székelykáposzta	400	1,20
13	Sólet csípős kolbásszal	400	1,35
14	Lencsefőzelék kolbásszal	400	1,37
15	Pacalpörkölt	400	1,19
16	Babfőzelék kolbásszal	400	1,65
17	Coop lencsefőzelék kolbásszal, Fish and Food Kft.	400	1,37
18	Bravour Rakott káposzta, Fish and Food Kft.	400	0,81
19	Kunsági pacalpörkölt, Fish and Food Kft.	380	1,50

20	Húsgombóc paradicsommártásban, Fish and Food Kft.	400	0,77
21	Babgulyás sertéshússal, Fish and Food Kft.	800	1,25

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Zöldségkonzervek			
1	Dawtona Morzsolt kukorica	280	0,55
2	Szeletelt gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	250 ml	1,06
3	Egész gomba, üveges, , Quality Champignons Kft.	250 ml	1,53
4	Egész gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	250 ml	1,36
5	Egész gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	2 l	1,47
6	Szeletelt gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	2 l	1,27
7	Szeletelt gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	5 l	1,42
8	Egész gomba, üveges, Quality Champignons Kft.	5 l	1,36
9	Zöldborsó, Globus	400	0,90
10	Zöldborsó csökkentett sótartamú, Globus	400	kha
11	Kukorica, Globus	340	0,68
12	Kukorica csökkentett sótartalmú, Globus	-	0,46
13	Kukorica-Kidney bab, Globus	-	0,61
14	Fehérbab sós lében, Globus	-	0,80
15	Bébirépa-borsó konzerv	-	0,68
16	Szarvasgombás pesto	85	1,16
17	Le explanada fekete olivabogyó	200	1,52

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Készételek			
1	Norbi Update Csirkemell brokkolis sajtmártással, Globus	350	0,91
2	Csirkeszárny, Burger King	-	1,40
3	Rántott garnéla, Burger King	78	1,47
4	Csirkefalatok, Mc Donalds	-	0,33
5	McNuggets, Mc Donalds	-	1,89
6	Sertésfalatok, Mc Donalds	-	2,12
7	Rántott csirkeszárny, Mc Donalds	-	1,90
8	Sült burgonya, Burger King	74/116/142	kha
9	Sült hagymakarika, Burger King	104	0,87
10	Cocktail öntet, Burger King	25	2,23
11	Sült burgonya, Mc Donalds	-	kha
12	Szilvalekváros derelye	-	0,26
13	Túrós derelye	-	kha
13	Uncle Ben's Édes-savanyú mártás, Masterfoods	400	0,48
15	Knorr Édes-savanyú mártás, Unilever	525	0,63
16	Knorr Burgonyapüré pehely (zacskós), Unilever	55	0,96

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszemerítés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Felvágottak, húskészítmények			
1	Szeletelt szentesi ínycenc pulykamell-sonka, Hungerit Zrt	100	2,12
2	Valdor sajtos baromfi párizsi, Hungerit Zrt	500	1,64
3	Valdor füstölt vursli (baromfi), Hungerit Zrt	180	1,58
4	Zöldséges húskenyér, Hungerit Zrt	1000	1,54
5	Kacsamáj, Hungerit Zrt	125	1,75
6	Libamáj, Hungerit Zrt	125	1,75
7	Valdor füstölt vursli (baromfi), Hungerit Zrt	180	1,67
8	Zöldséges húskenyér, Hungerit Zrt	1000	1,44
9	Kacsamáj	125	1,86
10	Valdor sajtos vursli, Hungerit Zrt	180	1,64
11	Csirkemell szendvics csemege, Hungerit Zrt	120	2,55
12	Pani baromfi vagdalt, Hungerit Zrt	500	1,70
13	Libamáj, Hungerit Zrt	125	1,79
14	Fűszeres pulykamáj, Hungerit Zrt	500	1,86
15	Coop Csirkemell filé, Hungerit Zrt	800	1,57
16	Coop Csirke falatkák, Hungerit Zrt	450	1,56
17	Valdor rántott csirkemáj, Hungerit Zrt	500	0,83
18	Libamell - gyorspácolt, füstölt, Merian Orosháza Zrt	-	4,24
19	Libamájblokk, Merian Orosháza Zrt	-	1,17

20	Kacsamáj-parfé, Merian Orosháza Zrt	-	1,30
21	Párizsi, Merian Orosháza Zrt	-	1,92
22	Észak-Hansági Prémium párizsi	-	2,27
23	Észak-Hansági Prémium Sonka	-	2,47
24	Wilbo Füstölt Spotni	96	1,68
25	Hamé Füstölt pástétom	105	1,81
26	Hamé Reggeli Lönchús	105	2,11
27	Nyúlfelvágott	-	4,56
28	Nyúlfasírt	-	1,85
29	Egri sertés párizsi, Pásztor Hús Kft.	-	1,84
30	Ízesített tepertőkrém, Pásztor Hús Kft.	260	1,64
31	Egri májas, Pásztor Hús Kft.	-	1,62
32	Egri pásztor májas, Pásztor Hús Kft.	-	1,66
33	Bécsi virsli	-	2,21
34	Sertés párizsi Light	-	1,88
35	Sörsonka	-	2,03
36	Prágai sonka	-	2,32
37	Aldi olasz felvágott	-	2,18
38	Profi Szeletelt Olasz felvágott, Profi Mo. Zrt.	150	2,19
39	Profi Szeletelt sertés párizsi, Profi Mo. Zrt.	150	2,03
40	Profi Baromfi párizsi, eFeF Élelmiszeripari és Kereskedelmi Kft.	500	2,05
41	Profi Sertés sonka, Alföldi-Hús Zrt.	100	2,29
42	Profi Paprikás pulykamell-sonka, eFeF Élelmiszeripari és Kereskedelmi Kft.	100	2,33
43	Aro Borjúmájas pástétom, METRO Kereskedelmi Kft.	120	1,70

44	Aro Kacsamájás pástétom, METRO Kereskedelmi Kft.	120	1,67
45	Aro Pulykahúsos pástétom, METRO Kereskedelmi Kft.	120	1,60
46	Twist Sprotni olajban, Del Pierre Central Europe Kft	168	1,33
47	Twist Sprotni paradicsomos szószban, Del Pierre Central Europe Kft	144	0,93

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Szószonek, öntetek, mártások			
1	Barbecue szósz, Mc Donald's	25	2,34
2	Coop Mustár	500	2,18
3	Univer Ketchup	160	2,16
4	Sűrített paradicsom	140	kha
5	Univer ketchup	470	1,85
6	Univer mustár	640	2,07
7	Univer majonéz	620	1,64
8	Globus majonéz	400	1,07
9	Globus Mustár	440	2,13
10	Globus ketchup	490	2,42
11	Topeco mustár	500	2,26
12	Kőrösi ketchup	800	2,54
13	Heinz majonéz	480	1,55
14	Kiskunfélegyházi mustár, Koch's Torma Kft.	700	3,13
15	Felix ketchup	435	2,94
16	Tesco majonéz	600	1,85
17	Mojo pison szósz	300 ml	1,84
18	Espana Mojo Picón	300 ml	1,52
19	Mojo Verde szósz	300 ml	1,56

20	Espana Mojo Verde	300 ml	1,48
21	Univer Ezersziget öntet, Univer Product Zrt.	240 ml	2,06
22	Univer Kapros salátaöntet, Univer Product Zrt.	240 ml	1,80
23	Univer Cézár salátaöntet, Univer Product Zrt.	240 ml	1,65
24	Univer Tzaziki salátaöntet, Univer Product Zrt.	240 ml	1,66
25	Univer Fokhagymás salátaöntet, Univer Product Zrt.	240 ml	2,40
26	Univer Joghurtos medvehagymás salátaöntet, Univer Product Zrt.	240 ml	1,40
27	Gustoso Paprika krém, csemege, Vega Delicatessen Kft.	170	13,3
28	Kalocsai Csemege paprika krém, Kalocsai Fűszerpaprika Zrt.	160	10,8
29	Csemege Piros Arany ételízesítő, Univer Product Zrt.	160	11,3
30	Csípős Piros Arany ételízesítő, Univer Product Zrt.	160	11,2
31	Le Gusto Édes paprikakrém, Koch's Torma Kft.	200	10,6
32	Bio Csípős Rózsa Darált Paprika, Virágoskút Kft.	200	22,9
33	Corvinus Csemege darált paprika, Metro Kereskedelmi Kft.	200	10,7

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Ételízesítők, zacskós levesek			
1	Coop Tyúkhúsleveskocka	60	49,9
2	Coop ételízesítő	1000	66,5
3	Maggi Húsgombóclevés csigatésztával	62	12,4
4	Maggi Májgombóclevés falusi csigatésztával	60	10,4
5	Maggi tyúkhúsleves kocka	22	41,0
6	Maggi ízvarázs	120	68,2
7	Knorr Gombakrémleves, Unilever	47	11,7
8	Maggi Jókai bableves, Nestlé	63	8,5

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Édes kekszek, múzlik			
1	Cerbona múzli szelet, csokis - mogyorós	25	0,36
2	Cerbona múzli szelet, gyümölcsös	20	0,36
3	Chocapic gabonapehely, Nestlé	250	0,80
4	Cookie Crisp gabonapehely, Nestlé	225	1,05
5	Nesquik gabonapehely, Nestlé	250	1,07
6	Honey Nut Cheerios gabonapehely, Nestlé	225	1,16
7	Fitness Fruits (reggeliző pehely), Nestlé	300	1,17
8	Cini Minis, Nestlé	250	1,17
9	Lion gabonapehely, Nestlé	480	0,79
10	Corn Flakes, Nestlé	250	2,40
11	Fitness Chocolate (reggeliző pehely), Nestlé	300	1,26
12	Fitness Yoghurt (reggeliző pehely), Nestlé	300	1,27
13	Fitness (reggeliző pehely), Nestlé	250	1,37
14	Detki Háztartási keksz, Detki Kft.	800	0,58
15	Detki Tere-Fere édes keksz, Detki Kft.	180	0,27
16	Detki Mese mézes linzer, Detki Kft.	180	0,46
17	Ét vaníliás karika	150/300	0,41
18	Tej vaníliás karika	150/300	0,36
19	Mini vaníliás karika félig mártott	150	0,40

20	Mini vaníliás karika teljesen mártott	150	0,41
21	Euromilk pudingpor, kakaós	125	kha
22	Félkész piskótatekercs	-	0,40
23	Cerbona müzliszelet, tökmagos	20	0,55
24	Cerbona müzliszelet, csokoládés	20	0,39
25	Cerbona müzliszelet, kókuszos	20	0,46
26	Cerbona müzliszelet, fitt	20	0,45
27	Cerbona müzliszelet, gyümölcsös	20	0,47
28	Cerbona müzliszelet, citromos-almás	20	0,47
29	Cerbona müzliszelet, meggyes	20	0,45
30	Cerbona update2, búzapehely gyümölcsökkel	250	0,89
31	Győri Nápolyi Mandula ízű, Győri Kecs Kft.	200	0,37
32	Győri Nápolyi Kakaós Mogyorós, Győri Kecs Kft.	200	0,32
33	Aro Vanília ízű krémmel töltött ostya, Urbán és Urbán Kft.	450	0,24
34	Aro Barackmag, Urbán és Urbán Kft.	250	0,31
35	Győri Pilóta mini vaníliás karika, Győri Kecs Kft.	157	0,31
36	Győri Pilóta mini kakaós, Győri Kecs Kft.	167	0,45

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Chipsek, sós kekszek			
1	Coop Grill ízű burgonyachips	90	2,48
2	Slick tradicionális burgonyaszírom	50	2,13
3	Party Tallér- Sajtos	100	3,92
4	Pászka	-	0,36
5	Tallér, Jász-sütőháza Kft.	-	4,72
6	Detki Bisfit csökkentett zsírtartalmú sós kréker, Detki Kft.	150	2,82
7	Detki Cheesy Mini sajtos keksz, Detki Kft.	180	2,86
8	Puffasztott rizs, Sunsnacks	100	0,91
9	Puffasztott búza, Sunsnacks	100	0,97
10	Sós pereg	-	3,52
11	Sós ropi	-	3,45
12	Sajtos tallér, Jász Lászlóné-Jászapáti	-	4,08
13	Spar földimogyoró, Gilan Trading Kft.	200	2,17
14	Lay's Salted Fire Baked Potatoes, Fővárosi Ásványvíz és Üdítőipari Zrt.	90	1,99
15	Chio Chips Sajtos, Chio Mo. Kft.	90	2,03
16	Profi Sópálcika, sózott-ropogós, Csipet Élelmiszeripari Vállalkozás	45	4,55
17	Bake Rolls fokhagymás, Chipita Hungary Kft.	90	2,40
18	Aro Chips sajtos, METRO Kereskedelmi Kft	100	1,51
19	Pomsticks, tejfölös ízű burgonyahasáb, The Lorenz Bahlsen Snack-World	100	1,55

20	Pomsticks, paprikás burgonyahasáb, The Lorenz Bahlsen Snack-World	110	1,57
21	POM-BAR Tejszínes-újhagymás, Chio Magyarország Kft.	50	2,28
22	POM-BAR Natúr, Chio Magyarország Kft.	50	2,68
23	POM-BAR Sajtos, Chio Magyarország Kft.	50	2,34
24	Aro Chips hagymás tejfölös, METRO Kereskedelmi Kft.	90	2,10
25	Aro Chips Sós, METRO Kereskedelmi Kft.	90	2,47
26	Chio Chips Sós, Chio Magyarország Kft.	108	2,21
27	Chio Chips Újhagymás, Chio Magyarország Kft.	108	1,84
28	Győri Kolevit, Győri Keksz Kft.	200	0,95
29	Aro Sós perec, METRO Kereskedelmi Kft.	600	2,44

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszereelés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Szárzészák			
1	Korona Penne	500	0,32
2	Coop Tarhonya	250	0,25

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Savanyúságok			
1	Savanyított hagyma	lédig	2,47
2	Savanyított káposzta	lédig	2,23
3	Kovászos uborka	lédig	1,56
4	Savanyított almapaprika	lédig	2,76
5	Savanyított erőspaprika	lédig	3,32
6	Savanyított zöldparadicsom	lédig	1,35
7	Savanyított karfiol	lédig	3,14
8	Savanyított minidinnye	lédig	2,53

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszereelés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Hidegkonyhai készítmények			
1	Franciasaláta, Szi-Czi Kft.	200	0,88
2	Oroszos saláta, Szi-Czi Kft.	200	1,15
3	Burgonyasaláta, Szi-Czi Kft.	200	0,80
4	Franciasaláta, Spar	lédig	1,23
5	Franciasaláta, Szi-Czi Kft.	lédig	0,98

Ssz.	Minta megnevezése, gyártó vagy forgalmazó	Kiszerezés (g)	NaCl tartalom (g/100g)
Bébiételek			
1	Bébiétel- Almaszósz csirkehússal, Univer Product Zrt.	163	kha
2	Bébiétel- Alma- banán csirkehússal, Univer Product Zrt.	163	kha
3	Bébiétel- Zsenge zöldborsó főzelék, Univer Product Zrt.	163	kha
4	Bébiétel- Zsenge sárgarépa főzelék, Univer Product Zrt.	163	0,23
5	Bébiétel- Vegyes zöldfőzelék, Univer Product Zrt.	163	kha
6	Bébiétel- Sütőtökpüré, Univer Product Zrt.	163	kha
7	Bébiétel- Tökfőzelék, Univer Product Zrt.	163	0,28
8	Bébiétel- Brokkoli főzelék, Univer Product Zrt.	163	0,27

kha: kimutatási határ alatti érték