

Oversigt over næringsindhold i isprodukter



Vaffelis, ispinde mm.: (oplistet efter energiindhold)

Produktnavn	Volumen/vægt	Energi pr. stk.	Kulhydrat/heraf sukker pr. stk.	Fedt/heraf mættet fedt pr. stk.	Producent
Filur	54 ml/52 g	161 kJ/38 kcal	9,4 g/9,4 g	<0,5 g	Frisko
Astronaut	50 ml/51 g	191 kJ/45 kcal	11 g/8,7 g	0 g	Premier Is
Pirulo Tropical	80 ml/80 g	219 kJ/52 kcal	13 g/10 g	0 g	Premier Is
Kung Fu	75 ml/75 g	296 kJ/71 kcal	14 g/14 g	1,6 g/1,4 g	Frisko
Twister	80 ml/72 g	300 kJ/72 kcal	17 g/13 g	<0,5 g	
Nü Mango Smoothie	75 ml/60 g	313 kJ/75 kcal	18 g/14 g	<1 g	Premier Is
Champagnebrus	82 ml/83 g	316 kJ/76 kcal	14 g/14 g	1,6 g/1,2 g	Frisko
Københavnerstang	80 ml/62 g	375 kJ/90 kcal	14 g/8,3 g	6,8 g/5,7 g	Frisko
SnurreTop	90 ml/49 g	412 kJ/98 kcal	14,2 g/11,8 g	4 g/2,7 g	Hjem-Is
Solero Exotic	90 ml/75 g	450 kJ/107 kcal	20 g/20 g	2,5 g/2 g	Frisko
Isbjørn	89 ml/56 g	456 kJ/109 kcal	14 g/12 g	5 g/3,2 g	Premier Is
Mars Ice Cream bar	74 ml/60 g	688 kJ/148 kcal	19 g/16 g	8,9 g/6 g	Premier Is
Kæmpe Eskimo	85 ml/65 g	754 kJ/181 kcal	20 g/18 g	10 g/7,8 g	Frisko
Isbåd	140 ml/70 g	805 kJ/192 kcal	21 g/15,4 g	9,1 g/6,9 g	Hjem-Is
Oreo Sandwich	110 ml/66 g	861 kJ/205 kcal	30 g/8,3 g	6,8 g/5,7 g	Frisko
Lakridsstang	83 ml/58,5 g	877 kJ/211 kcal	19,2 g/17,2 g	14,3 g/8,7 g	Hjem-Is
Ben & Jerry's Cookie Dough 'Wich	80 ml/65 g	918 kJ/219 kcal	33 g/28 g	9,1 g/6 g	Ben & Jerry's
Cornetto Classico	125 ml/75 g	926 kJ/221 kcal	23 g/18 g	14 g/9,8 g	Frisko
Magnum Classic	120 ml/86 g	1084 kJ/260 kcal	25 g/23 g	16 g/12 g	Frisko
Magnum Mandel	120 ml/86 g	1186 kJ/285 kcal	26 g/25 g	18 g/11 g	Frisko
Guldhorn	195 ml/100 g	1209 kJ/289 kcal	37 g/26 g	14 g/9,2 g	Premier Is
Daim vaffelis	160 ml/99 g	1410 kJ/338 kcal	37 g/28 g	20 g/14 g	Frisko

Frys selv is: (næringsindhold afrundet til hele tal)

Produktnavn	1 stk.	Energi	Kulhydrat	Fedt	Producent
Sun Lolly Creamy Kakao, Jordbær, Vanilje	65 g	351 kJ/84 kcal	12 g	3 g	Sun Lolly
Sun Lolly Ananas, Hindbær	65 g	229 kJ/55 kcal	13 g	0 g	Sun Lolly
Sun Lolly Appelsin, Cola, Exotic, Solbær, Vindrue	65 g	220 kJ/53 kcal	14	0 g	Sun Lolly
Sun Lolly Jordbær	65 g	231 kJ/55 kcal	14	0 g	Sun Lolly

Is i bøtter og isdesserter: (oplistet efter energiindhold)

Produktnavn	Energi pr. 100 g	Kulhydrat/heraf sukkerarter	Fedt/heraf mættet fedt	Producent
Arla Yoggi frozen yoghurt vanilje	528 kJ/125 kcal	17 g/15 g	3,9 g/2,4 g	Premier Is
Carte D'or Strawberry Sorbet	534 kJ/126 kcal	30 g/24 g	8,8 g/<0,5	Frisko
Arla Yoggi frozen yoghurt jordbær	571 kJ/135 kcal	22 g/19 g	3,3 g/2,1 g	Premier Is
Arla Yoggi frozen yoghurt mango/græskar	574 kJ/136 kcal	22 g/19 g	3,4 g/2,1 g	Premier Is
Astronaut is	577 kJ/136 kcal	33 g/28 g	0 g	Premier Is
Tricolore flødeis	667 kJ/159 kcal	22 g/19 g	7 g/3,4 g	Premier Is
Citron Sorbet	700 kJ/167 kcal	33 g/33 g	<0,5 g	Hjem-Is
Fløderand	751 kJ/180 kcal	16 g/16 g	11 g/6,8 g	Premier Is
Carte D'or Vanilla	787 kJ/186 kcal	27 g/24 g	7,4 g/6,7 g	Frisko
Gammeldags Flødeis Karamel	858 kJ/205 kcal	29 g	8,4 g	Premier Is
Toms Skildpadde	891 kJ/212 kcal	31 g/29 g	8,8 g/5,6 g	Premier Is
Carte D'or Triple Chocolate	920 kJ/220 kcal	30 g/26 g	9 g/8 g	Frisko
Hansens Chokoladeis	1025 kJ/245 kcal	23,7 g	14,6 g	Hansens Flødeis
Ben & Jerry's Cookie Dough	1130 kJ/270 kcal	30 g	15 g	Ben & Jerry's
Ben & Jerry's Chocolate Fudge Brownie	1026 kJ/245 kcal	29 g	13 g	Ben & Jerry's
Frisko Daim	1027 kJ/245 kcal	33 g/28 g	12 g/8,3 g	Frisko
Almond Toblerone Tærte	1859 kJ/444 kcal	44 g/34 g	26 g/11 g	Q Foods

Is uden tilsat sukker:

Produktnavn	Volumen pr. portion	Energi	Kulhydrat/heraf sukkerarter	Fedt/heraf mættet fedt	Forhandler
Cheasy Frozen Cappucino & Vanilje	100 g	397 kJ/95 kcal	15 g/5,9 g	3,3 g/1,8 g	Større supermarkeder
Cheasy Frozen Lakrids & Vanilje	100 g	405 kJ/97 kcal	16 g/5,9 g	3,3 g/1,8 g	Større supermarkeder
EASIS Chokoladeis	100 ml/53 g	261 kJ/63 kcal	8 g/3,7 g	2,9 g/1,8 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Choko og Karamel is	100 ml/54 g	247 kJ/59 kcal	9 g/3,2 g	2,7 g /1,7 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Classic is	120 ml/84 g	640 kJ/153 kcal	18 g/4,7 g	10 g/5,3 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Isvafler	120 ml/77 g	694 kJ/166 kcal	15 g/4,4 g	11 g/5,6 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Jordbær is	100 ml/51 g	192 kJ/46 kcal	8 g/3,3 g	1,7 g/1,2 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Jordbær og Vanille is	53 ml/40 g	200 kJ/48 kcal	6 g/3 g	3 g	Rema, Føtex m.fl.
EASIS Vanille is	100 ml/50 g	209 kJ/50 kcal	7 g/3,8 g	2 g/1,4 g	Rema, Føtex m.fl.
Hindbærstang uden sukker	75 ml/59 g	278 kJ/67 kcal	10 g	2 g	Hjem-IS
MAXI LIGHT uden sukker tilsat	100 ml/73,5 g	783 kJ/189 kcal	15,8 g/5,3 g	13,3 g/9,1 g	Hjem-IS
Nellie Dellies Lakridsis	100 g	377 kJ/90 kcal	14 g	3,5 g	Større supermarkeder
Vaffel LIGHT uden sukker tilsat	110 ml/69 g	705 kJ/170 kcal	19,7 g/4,1 g	9,4 g/5,2 g	Hjem-IS
Vaniljebæger uden sukker tilsat	100 ml/60 g	384 kJ/92 kcal	13,1 g/2,5 g	3,1 g/2,2 g	Hjem-IS
Vaniljeis light	95 ml/50 g	286 kJ/69 kcal	7,7 g/3,9 g	3 g/2,6 g	Hjem-IS
WAUW! Caramel	100 g	584 kJ/142 kcal	13 g/5,5 g	8,4 g/5 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Chocolate	100 g	677 kJ/164 kcal	18 g/7,9 g	9,2 g/5,4 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Liquorice	100 g	560 kJ/136 kcal	14 g/5,3 g	7,8 g/5,3 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Flødeispind strawberry	32 g	166 kJ/40 kcal	4,2 g/1,7 g	2,3 g/1,6 g	KIWI, Meny, Spar

WAUW! Flødeispind vanilla	32 g	264 kJ/64 kcal	6,7 g/2,5 g	3,7 g/2,6 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Pistaccio	100 g	562 kJ/136 kcal	14 g/5,3 g	7,8 g/5,3 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Strawberry	100 g	515 kJ/125 kcal	13 g/5,2 g	7,2 g/4,9 g	KIWI, Meny, Spar
WAUW! Vanilla	100 g	552 kJ/134 kcal	14 g/5,3 g	7,8 g/7,5 g	KIWI, Meny, Spar

Kilder: Producenternes egne oplysninger