

**RAVINTOSISÄLTÖ KESKIMÄÄRIN 100 g:ssa MYLLYN PARAS -PAKASTETUOTETTA**
**OMINAISUUKSIA**

Tuote-numero	Tuotteen nimi ja pakkauskoko	Energiaa kJ / kcal	Proteiinia g	Hiilihydraatteja g	josta sokereita g	josta laktoosia g	Rasvaa g	josta tyydyttyneitä rasvah. g	Ravintokuitua g	josta beta-glukaanina g	Natriumia g	Suolaa g	Runsaskuituinen	Kuidun lähde	Hiivaton	Sokeriton	Vähälaktosinen	Laktositon	Säilöntäaineeton	Säilyvyys kk
<b>KYPSÄPAKASTEET</b>																				
6760	Vierasvara Kypsä Mehevä Mustikkapulla 400 g	1390 / 330	6,6	52,4	19,5	0,0	10,1	0,8	3,7		0,2	0,4		x				x		10
6772	Vierasvara Kypsä Korvapuusti 390 g	1395 / 335	6,4	50,1	9,9	0,0	11,8	0,8	3,6		0,1	0,3		x				x		10
6766	Vierasvara Kypsä Vaniljaherkkupulla 300 g	1620 / 390	8,3	53,9	19,1	1,1	14,8	4,9	2,2		0,3	0,7								10
6767	Vierasvara Kypsä Karjalanpiirakka 480 g	890 / 210	4,4	34,1	2,3	0,0	7,0	0,6	1,6		0,4	1,0						x		12
6773	Vierasvara Kypsä Lihapasteija 390 g	1350 / 325	7,4	26,9	0,1	0,2	20,9	9,8	1,5		0,4	0,9				x	x			10
<b>RAAKAPAKASTEET</b>																				
6096	Korvapuusti 560 g	1221 / 291	6,5	50,1	19,4	0,0	7,2	1,1	1,8		0,1	0,2						x		10
6106	Lihapasteija 450 g	1270 / 305	5,7	24,5	0,5	0,0	20,2	8,2	1,1		0,3	1,0				x		x		14
6109	Kasvis-Juustopasteija 450 g	1125 / 265	5,2	21,9	0,3	0,0	17,6	7,3	1,5		0,3	0,7				x		x		14
6450	Tacostick 420 g	940 / 225	7,5	33,6	1,1	0,2	6,3	0,4	2,4		0,3	0,8					x			10
6440	Pizzastick 420 g	986 / 235	8,3	32,8	1,7	0,8	7,5	0,9	3,0		0,3			x			x			10
<b>PAKASTETAIKINAT</b>																				
6775	Pyöreä Piirakkataikina, makea 380 g	1590 / 380	7,1	50,3	11,6	0,0	16,2	1,3	1,8		0,4	0,6						x		12
6776	Pyöreä Piirakkataikina, suolainen 380 g	1440 / 345	7,8	39,0	1,2	0,0	16,9	2,5	2,0		0,8	1,6						x		12
6016	Kauramurotaikina 400 g	1870 / 445	7,8	44,0	16,1	0,0	26,7	12,9	4,1	1,4	0,2	0,5		x	x			x		12
6015	Murotaikina 400 g	1860 / 445	7,4	48,4	14,4	0,0	24,6	10,0	1,9		0,2	0,5			x			x		12
6010	Pullataikina 1 kg	1300 / 310	8,8	48,3	10,1	0,0	8,7	3,9	2,5		0,2	0,5						x	x	8
5029	Lehtitaikina 500 g	1655 / 395	5,6	28,5	0,2	0,0	28,6	11,5	1,6		0,4	0,9				x		x		20
6024	Iso Lehtitaikinal Levy 600 g	1620 / 385	5,7	29,8	0,2	0,0	27,1	10,9	1,6		0,3	0,9				x		x		24
5025	Voitaikina 500 g	1610 / 385	6,1	29,7	0,2	0,2	27,0	14,1	1,7		0,3	0,7				x	x			18
6018	Ruistaikina 500 g	1185 / 283	4,6	31,4	1,3	0,0	15,1	6,0	5,5		0,5	1,3		x				x		12

# RAVINTOSISÄLTÖ KESKIMÄÄRIN 100 g:ssa MYLLYN PARAS -PAKASTETUOTETTA

## OMINAISUUKSIA

Tuote-numero	Tuotteen nimi ja pakkauskoko	Energiaa kJ / kcal	Proteiinia g	Hiilihydraatteja g	josta sokereita g	josta laktoosia g	Rasvaa g	josta tyydyttyneitä rasvah. g	Ravintokuitua g	josta beta-glukuaania g	Natriumia g	Suolaa g	Runsas-kuituinen	Kuidun lähde	Hiivaton	Sokeriton	Vähälaktoosinen	Laktoositon	Säilöntäaineeton	Säilyvyys kk
<b>JOULUISET TAIKINAT JA LEIVONNAISET</b>																				
5027	Torttutaikina 500 g	1620 / 385	5,7	29,3	0,2	0,0	27,1	10,9	1,6		0,3	0,9				x		x		24
6020	Torttutaikina 1 kg	1620 / 385	5,7	29,3	0,2	0,0	27,1	10,9	1,6		0,3	0,9				x		x		24
6022	Voitaikina 1 kg	1610 / 385	6,1	29,7	0,2	0,2	27,0	14,1	1,7		0,3	0,7				x	x			18
6025	Laktoositon Piparitaikina 500 g (marg.)	1635 / 390	7,1	61,7	20,3	0,0	13,6	6,6	1,9		0,1	0,2						x		18
6023	Laktoositon Piparitaikina 1 kg (marg.)	1635 / 390	7,1	61,7	20,3	0,0	13,6	6,6	1,9		0,1	0,2						x		18
6026	Perinteinen Piparkakkutaikina 500 g (voi)	1650 / 395	7,0	61,8	20,7	0,1	14,1	7,0	1,8		0,1	0,2					x			18
6012	Luumutorttu 440 g	1475 / 350	4,8	32,9	9,1	0,0	22,2	8,9	2,1		0,3	0,7						x		18
6029	Joulutorttu 360 g	1480 / 355	4,9	32,2	7,0	0,0	22,8	8,9	1,7		0,3	0,8						x		18

## RAVINTOSIÄLTÖ KESKIMÄÄRIN 100 g:ssa MYLLYN PARAS -TUOTETTA

(kun kosteus on 12,5 %)

## OMINAISUUKSIA

Tuote-numero	Tuotteen nimi ja pakkauskoko	Energiaa kJ / kcal	Proteiinia g	Hiilihydraatteja g	josta sokereita g	josta laktoosia g	Rasvaa g	josta tyydyttyneitä rasvah. g	josta omega-3 (ALA) g	Ravinto-kuitua * g	josta beta-glukaanina * g	Natriumia g	Suolaa g	B1-vitam. * mg	Magnesiumia * mg	Rautaa * mg	Sinkkiä * mg	Runsas-kuituinen	Kuidun lähde	Lisättyä sokeria	Lisättyä suolaa	Kanan-munaa	Sokeriton	Vähälaktoosinen	Laktositon	Säilyvyys kk		
<b>HIUTALET JA LESEET</b>																												
291	Kaurahiutale 1 kg	1550 / 370	14,0	56,0	1,1	0,0	7,5	1,1		10,0 (33 %)	4,1 (137 %)	0,002		0,5 (36 %)	130,0 (43 %)	4,8 (34 %)	4,4 (29 %)	x								x	10	
184	Kaurahiutale 2 kg	1550 / 370	14,0	56,0	1,1	0,0	7,5	1,1		10,0 (33 %)	4,1 (137 %)	0,002		0,5 (36 %)	130,0 (43 %)	4,8 (34 %)	4,4 (29 %)	x								x	10	
568	Iso Kaurahiutale 1 kg	1555 / 370	14,0	56,0	1,1	0,0	7,5	1,1		10,0 (33 %)	4,1 (137 %)	0,002		0,5 (36 %)	130,0 (43 %)	4,8 (34 %)	4,4 (29 %)	x								x	10	
369	Pikakaurahiutale 500 g	1555 / 370	14,0	56,0	1,1	0,0	7,5	1,1		10,0 (33 %)	4,1 (137 %)	0,002		0,5 (36 %)	130,0 (43 %)	4,8 (34 %)	4,4 (29 %)	x								x	10	
168	Pikakaurahiutale 750 g	1555 / 370	14,0	56,0	1,1	0,0	7,5	1,1		10,0 (33 %)	4,1 (137 %)	0,002		0,5 (36 %)	130,0 (43 %)	4,8 (34 %)	4,4 (29 %)	x								x	10	
085	Pikakaura+Kuitu Hiutale 500 g	1515 / 360	16,2	50,0	1,4	0,0	7,6	1,3		13,6 (45 %)	6,0 (200 %)	0,003		0,6 (43 %)	133,0 (44 %)	5,6 (40 %)	4,6 (31 %)	x								x	10	
371	Kauralese 650 g	1495 / 355	18,0	45,3	1,6	0,0	7,7	1,4		16,5 (55 %)	7,5 (250 %)	0,003		0,7 (50 %)	135,0 (45 %)	6,2 (44 %)	4,8 (32 %)	x								x	10	
362	Kuidukas Kolmen Viljan Leseseos 500 g	1330 / 315	16,6	34,1	2,1	0,0	6,1	1,0		30,0 (100 %)	3,8 (127 %)	0,003	0,008	0,5 (36 %)	140,0 (47 %)	9,2 (66 %)	2,4 (16 %)	x								x	10	
449	Ruishiutale 600 g	1395 / 335	9,7	61,3	1,3	0,0	2,0	0,3		14,5 (48 %)		0,001		0,4 (29 %)	120,0 (40 %)	5,0 (36 %)	2,9 (19 %)	x								x	12	
292	Neljän Viljan Hiutale 850 g	1435 / 340	11,4	61,1	0,9	0,0	2,8	0,4		12,1 (40 %)		0,002		0,4 (29 %)	112,0 (37 %)	4,6 (33 %)	3,2 (21 %)	x								x	10	
324	Vekkuli Neljän Viljan Pikahiutale 300 g	1435 / 340	11,4	61,1	0,9	0,0	2,8	0,4		12,1 (40 %)		0,002		0,4 (29 %)	112,0 (37 %)	4,6 (33 %)	3,2 (21 %)	x								x	10	
191	Riishiutale 700 g	1495 / 360	6,6	80,0	0,4	0,0	0,6	0,1		0,3 (1 %)		0,004		0,06 (4 %)	34,0 (11 %)	0,6 (4 %)	1,3 (8 %)						x			x	12	
190	Riishiutale 1,2 kg	1495 / 360	6,6	80,0	0,4	0,0	0,6	0,1		0,3 (1 %)		0,004		0,06 (4 %)	34,0 (11 %)	0,6 (4 %)	1,3 (8 %)						x			x	12	
290	Kaura+Riisi Hiutale 500 g	1530 / 365	10,3	68,0	0,75	0,0	4,0	0,6		6,2 (21 %)	2,1 (70 %)	0,003		0,3 (21 %)	82,0 (27 %)	2,7 (19 %)	2,9 (19 %)	x								x	10	
310	KARU Pikakaura-Ruishiutale 750 g	1475 / 355	11,9	58,7	1,2	0,0	4,8	0,7		12,3	2,1	0,002	0,005			4,9 (35 %)		x								x	10	
<b>SUURIMOT JA RIISIT</b>																												
289	Irttonainen Kaura+Riisi 700 g	1520 / 365	11,0	67,0	0,7	0,0	4,0	0,7		6,0 (20 %)	2,1 (70 %)	0,004		0,4 (29 %)	110,0 (37 %)	2,9 (21 %)	3,2 (21 %)	x								x	12	
261	Esikypsytetty Kokonainen Ohrasuurimo 1 kg	1425 / 340	11,0	63,0	0,5	0,0	2,0	0,4		11,5 (38 %)	4,8 (160 %)	0,002		0,4 (29 %)	70,0 (23 %)	3,5 (25 %)	2,8 (19 %)	x					x			x	18	
262	Esikypsytetty Rikottu Ohrasuurimo 1 kg	1425 / 340	11,0	63,0	0,5	0,0	2,0	0,4		11,5 (38 %)	4,8 (160 %)	0,002		0,4 (29 %)	70,0 (23 %)	3,5 (25 %)	2,8 (19 %)	x					x			x	18	
259	Irttonainen Riisi+Ohra 1 kg	1470 / 350	9,5	70,9	0,4	0,0	1,3	0,3		6,6 (22 %)	2,4 (80 %)	0,004		0,4 (29 %)	80,0 (27 %)	2,2 (16 %)	2,4 (16 %)	x								x	18	
359	Puuro Riisi+Ohra 1 kg	1465 / 350	8,8	71,5	0,5	0,0	1,3	0,3		6,3 (21 %)	2,4 (80 %)	0,003		0,2 (14 %)	52,0 (17 %)	1,4 (10 %)	2,0 (13 %)	x								x	18	
679	Pikariisi 800 g	1505 / 360	8,0	78,7	0,3	0,0	0,5	0,2		1,7 (6 %)		0,005				0,9 (6 %)										x	24	
594	Pitkäriisi 1 kg	1505 / 360	8,0	78,7	0,3	0,0	0,5	0,2		1,7 (6 %)		0,005		0,3 (21 %)	90,0 (30 %)	0,9 (6 %)	2,0 (13 %)									x	24	
592	Basmati Riisi 1 kg	1475 / 355	6,6	78,3	0,1	0,0	0,6	0,15		1,4 (4 %)		0,005														x	24	
593	Jasmiini Riisi 1 kg	1475 / 355	6,6	78,3	0,1	0,0	0,6	0,15		1,4 (4 %)		0,005														x	24	
248	Villiriisiseos 700 g	1505 / 360	8,2	77,7	0,5	0,0	0,7	0,2		2,2 (7 %)		0,004														x	24	
589	Puuroriisi 1 kg	1495 / 360	6,6	80,0	0,4	0,0	0,6	0,1		0,3 (1 %)		0,004		0,06 (4 %)	34,0 (11 %)	0,6 (4 %)	1,3 (8 %)									x	12	
108	Mannasuurimo 1 kg	1500 / 360	12,7	69,5	0,4	0,0	2,0	0,4		3,3 (11 %)		0,004		< 0,1	21,0 (7 %)	1,3 (9 %)	0,8 (5 %)		x							x	12	
128	Kauramannasuurimo 1 kg	1510 / 360	14,5	59,1	0,9	0,0	5,1	0,9		8,8 (30 %)	3,2 (107 %)	0,003		0,4 (29 %)	82,0 (27 %)	3,6 (26 %)	2,9 (19 %)	x								x	12	
<b>PASTAT</b>																												
072	Makaroni 400 g	1500 / 360	12,8	69,7	0,4	0,0	1,9	0,4		3,2		0,004				2,0 (14 %)									x	x	24	
172	Makaroni 1 kg	1500 / 360	12,8	69,7	0,4	0,0	1,9	0,4		3,2		0,004				2,0 (14 %)										x	x	24
288	Keltainen Sydän Makaroni 400 g	1500 / 360	13,5	65,6	0,4	0,0	2,9	0,4		6,0		0,003				3,5 (25 %)										x	x	24
389	Keltainen Kukka Makaroni 500 g	1500 / 360	13,5	65,6	0,4	0,0	2,9	0,4		6,0		0,003				3,5 (25 %)										x	x	24
078	Tumma Makaroni 1 kg	1500 / 360	13,5	65,6	0,4	0,0	2,9	0,4		6,0		0,003				3,5 (25 %)										x	x	24
194	Täysjyvä Fusilli Makaroni 500 g	1405 / 335	13,8	58,0	0,8	0,0	3,2	0,5		8,2		0,002				4,0 (29 %)										x	x	12
142	Ruisraketti Makaroni 350 g	1465 / 350	11,8	67,0	0,7	0,0	2,0	0,4		6,7		0,003				2,9 (21 %)										x	x	24
175	Railakas Raketti Spagetti 350 g	1490 / 355	13,1	69,4	0,3	0,0	1,7	0,3		3,2		0,005				2,0 (14 %)										x	x	24
060	Raketti Spagetti 350 g	1490 / 355	13,1	69,4	0,3	0,0	1,7	0,3		3,2		0,005				2,0 (14 %)										x	x	24

\* suluissa oleva luku tarkoittaa %:a päivittäisestä saantisuosituksesta

**RAVINTOSISÄLTÖ KESKIMÄÄRIN 100 g:ssa MYLLYN PARAS -TUOTETTA**

(kun kosteus on 12,5 %)

**OMINAISUUKSIA**

Tuote-numero	Tuotteen nimi ja pakkausko	Energiaa kJ / kcal	Proteiinia g	Hiilihydraatteja g	josta sokereita g	josta laktoosia g	Rasvaa g	josta tyydyttyneitä rasvah. g	josta omega-3 (ALA) g	Ravinto-kuitua * g	josta beta-glukaanina * g	Natriumia g	Suolaa g	B1-vitam. * mg	Magnesiumia * mg	Rautaa * mg	Sinkkiä * mg	Runsas-kuituinen	Kuidun lähde	Lisättyä sokeria	Lisättyä suolaa	Kanan-munaa	Sokeriton	Vähälaktoosinen	Laktoositon	Säilyvyys kk	
<b>PASTAT (jatkoa)</b>																											
214	Keltainen Raketti Spagetti 350 g	1500 / 360	13,5	65,6	0,4	0,0	2,9	0,4		6,0		0,003				3,5 (25 %)		x					x		x	24	
285	Tomaatti-Chilipasta 500 g	1475 / 350	13,4	64,0	0,4	0,0	3,0	0,4		6,0		0,4	1,1			3,3 (24 %)		x					x		x	24	
286	Pestopasta 500 g	1475 / 350	12,4	68,7	0,4	0,0	1,9	0,4		3,1		0,4	1,1			1,9 (14%)			x				x		x	24	
327	Vekkuli Eläinmakaroni 400 g	1490 / 355	13,1	69,4	0,3	0,0	1,7	0,3		3,2		0,005				2,0 (14 %)			x				x		x	24	
383	Fusilli Makaroni 500 g	1490 / 355	13,1	69,4	0,3	0,0	1,7	0,3		3,2		0,005				2,0 (14 %)			x				x		x	24	
385	Penne Makaroni 500 g	1490 / 355	13,1	69,4	0,3	0,0	1,7	0,3		3,2		0,005				2,0 (14 %)			x				x		x	24	
052	Lasagne 500 g	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	36	
271	Täysijvälasagne 500 g	1440 / 345	12,2	67,1	3,0	0,0	0,8	0,59		7,74		0,003						x							x	36	
197	Cannelloni 250 g	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	36	
231	Kihara Spagetti 500 g	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,005							x				x		x	24	
234	Putki Spagetti 500 g	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,005							x				x		x	24	
177	Spagetti 1 kg	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	24	
276	Sportti Täysijväspagetti 500 g	1450 / 345	13,1	64,7	4,3	0,0	1,9	0,6		7,0		0,004						x							x	24	
<b>JAUHOT</b>																											
332	Erikoisvehnäjauho 1 kg	1500 / 360	12,7	69,5	0,4	0,0	2,0	0,4		3,3		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	12	
032	Erikoisvehnäjauho 2 kg	1500 / 360	12,7	69,5	0,4	0,0	2,0	0,4		3,3		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	12	
312	Emännän puolikarkea vehnäjauho 2 kg	1500 / 360	13,3	68,0	0,4	0,0	2,4	0,4		3,8		0,004				2,5 (18 %)			x				x		x	12	
038	Emännän puolikarkea vehnäjauho 5 kg	1500 / 360	13,3	68,0	0,4	0,0	2,4	0,4		3,8		0,004				2,5 (18 %)			x				x		x	12	
333	Karkea vehnäjauho 1 kg	1500 / 360	13,3	68,0	0,4	0,0	2,4	0,4		3,8		0,004				2,0 (14 %)			x				x		x	12	
132	Sämpyläjauhoseos 2 kg	1455 / 350	13,8	64,1	0,5	0,0	2,3	0,4		6,0		0,003				5,0 (36 %)		x					x		x	10	
130	Hiivaleipäjauho 2 kg	1495 / 360	13,5	65,6	0,4	0,0	2,9	0,4		5,5		0,003				3,5 (25 %)			x				x		x	10	
016	Graham täysijvävehnäjauho 1 kg	1440 / 345	13,8	58,0	0,8	0,0	3,2	0,5		12,5		0,002				4,0 (29 %)		x							x	10	
136	Pizzajauho 1 kg	1495 / 355	12,7	69,1	3,3	0,0	2,0	0,3		3,7		0,6				2,3 (16 %)			x	x	x				x	12	
086	Lettu- ja Vohvelijauho 250 g	1495 / 355	16,4	64,0	2,2	1,5	2,7	0,8		3,4		0,5				5,2			x	x	x	x		x		18	
244	Durumvehnäjauho 1 kg	1490 / 355	13,0	70,0	0,3	0,0	1,5	0,3		3,0		0,005				2,0			x				x		x	12	
260	Ohrajauho 1 kg	1435 / 340	10,0	65,0	0,5	0,0	2,0	0,4		10,5	4,8	0,002				3,5		x					x		x	12	
148	Ruisjauho 1 kg	1395 / 335	9,7	61,3	1,3	0,0	2,0	0,3		14,5 (48 %)		0,001		0,4 (29 %)	120,0 (40 %)	5,0 (36 %)	2,9 (19 %)	x								x	12
063	Emännän Ruisjauho 5 kg	1395 / 335	9,7	61,3	1,3	0,0	2,0	0,3		14,5 (48 %)		0,001		0,4 (29 %)	120,0 (40 %)	5,0 (36 %)	2,9 (19 %)	x								x	12
034	Korppujauho 400 g	1595 / 380	13,9	72,5	0,4	0,0	2,5	0,4		4,1		0,004				2,5			x				x		x	18	
598	Ruiskorppujauho 400 g	1160 / 275	8,5	51,2	2,3	0,0	1,0	0,2		13,4		0,01		0,3 (27 %)	110,0 (39 %)	4,7 (31 %)	3,2 (46 %)	x								x	18
<b>TATTARI</b>																											
502	Tattarijauho 1 kg	1475 / 350	13,0	67,5	0,4	0,0	1,7	0,3		5,3		0,002		0,6 (43 %)	180,0 (60%)	5,0 (36 %)	2,5 (17 %)		x				x		x	12	
503	Tattarihiutale 600 g	1475 / 350	13,0	67,5	0,4	0,0	1,7	0,3		5,3		0,002		0,6 (43 %)	180,0 (60%)	5,0 (36 %)	2,5 (17 %)		x				x		x	12	

\* suluissa oleva luku tarkoittaa %:a päivittäisestä saantisuosituksesta