

PRODUCT	NUTRI-SCORE (+ = OK)												LADE ENERGETISCHE WAARDE (+ = OK)		
													NA-VRIJ OF ZEER LAAG NA-GEHALTE OF NA-ARM	SUIKERVRIJ OF SUIKERARM	
Aardappel (nieuw)	+	B	B				B				B			V	A
Aardappel (oud)	+		B			B				B			V	A	
Aardbei	+		R				R			R			V	A	
Andijvie	+	R	R	B					B	R			L	V	
Appel	+		R										V		
Asperge	+	R	R				R		B				V	A	
Aubergines	+		R						R				L	A	
Bieslook	+	R	R				R			B	B		V	V	
Bleekselderij	+	R	R	R					B	R	B		A	+	
Bloemkool	+	R	R				R		B	B	B		L	A	
Bosbes	+		R						B				V		
Boterboon	+	R	R				B		B				L	+	
Braambes	+		R				B			B			V		
Broccoli	+	R	R	B		B	R		R	R	B		L	A	
Cantharel	+	R	R	B		B		B					V	V	
Champignons	+	R	R			B			B	B	B		V	V	
Chinese kool	+	R	R	B			B		R		B		L	V	
Courgette	+	R	R				B		B				V	A	
Doperwt	+	R	R		B		R		B	B			L	A	
Framboos	+		R				R	B	B				V		
Groene kool	+	R	R				R		R	R	B		L	A	
Groene selder	+		R						B	R	B			+	
Hazelnoot	+				R	B		B	B	R	B	R	B	R	B
Kers	+		B										V		
Kervel	+	R	R	R		B	R	B	R	R	R		L		
Kiwi	+		R				R		B	R	B		V		
Kiwi (geel)	+		B				R		B	B			B	R	V
Knoflook	+	B			B	B				R	B		V		
Knolselder	+	R	R				B		B	R	B		V		
Komkommer	+	R	R						B				V	+	
Koolrabi	+	R	R				R		R	B			L	V	
Molsla	+	B	B	R	B		B	R	B	B	B		A	V	
Paksoi	+	R	R	R			B		B				L	A	
Paprika	+	B	R				R		B	R			L	+	
Paprika groen	+	R	R				R	B	B	R			V	A	
Paprika rood	+	B	R				R		B	R			L	+	
Pastinaak	+		R		B		B		R	R	B		L		
Peer	+		R										V		
Perzik	+		R										V	+	
Peterselie	+	R	R	R		B	R		R	R		R	L	V	
Peultjes	+	R	R				R		R				R	V	
Pompoen	+	B	R	B			B						V	A	
Postelein	+	R	R	B			B		R	R	B	B	L	A	
Prei	+		R			B			B	R	B		L		
Prinsessenboon	+	R	R						R	R			V	A	
Pruim	+		R										V		
Raap	+	B	R				B						A	A	
Rabarber	+	R	R							R	B		V	A	
Radiks	+	B	R				B						L	A	
Rammenas	+		R				R			B	B		A	A	
Rode bes	+		R										V	A	
Rode biet	+	B	R						B	B			A		
Rode kool	+	R	R				R			R			L	A	
Schorseneer	+		R						B	B		B	V	A	
Sla	+	R	R	B					B	R			L	V	
Snijboon	+	R	R						R				V	V	
Sojascheuten	+	R	R		B				R			B	L	V	
Spinazie	+	R	R	R		B	R	B	R	R	B		L	V	
Spruitjes	+	R	R		B	B	R		R	R	B		L	A	
Stekelbes	+		R			R							V		
Tomaat	+	R	R				B						L	A	
Tuinkers	+	R	R	R	B		B	R	B			B	A	V	
Ui	+	R	R										V	A	
Veldsla	+	R	R	R			R		B	B		B	L	V	
Vinkel	+	R	R						B	B			L	A	
Walnoot	+			R	R	B		R	B	R	R	B	R	R	
Waterkers	+	R	R	R			R				B	B	L	A	
Witloof	+	R	R										V	A	
Witte bes	+		R				R						V	+	
Witte kool	+	R	R				R		R				L	A	
Wortel	+		R	R					B				L	+	

