



Morgenmad

	Produkt	KH/100	Mængde pr pakke	KH i alt	Antal port. (EASIS mål)	KH pr. portion	1 portion (EASIS)	Pris pr 100g
EASIS	Rugbrødscrunch	52	350g	182	7	26,0	50g	9,14
Bilka	EASIS Rugbrødscrunch	52	350g	182	7	26,0	50g	8,00

Også billigere end for medlemmer af Diabetesforeningen

EASIS	Classic crunch	58	350g	203	7	29,0	50g	9,14
Bilka	Kellog's Crunchy Müsli Choko	57	450g	257	9	28,5	50g	5,56

EASIS	Müsli	63	600g	378	12	32,0	50g	5,33
Bilka	Salling frugt/nødde müsli	60	750g	450	15	30,0	50g	4,67

EASIS	Cornflakes	76	375g	285	12	23,8	30g	8,53
Bilka	Urtekram cornflakes u/sukker	86	375g	323	13	24,8	30g	10,13
Bilka	Salling cornflakes	85	500g	425	17	25,0	30g	2,95

1/3 af prisen, 1,2 KH mere pr portion

EASIS	Ymerdry	63	500g	315	-	-	-	4,20
Bilka	Struer ymerdry u/sukker	63	500g	315	-	-	-	4,60