

# WITRYNA POLSKIEJ SUPERŻYWNOŚCI PRODUKTY NAJBOGATSZE W BIOSKŁADNIKI



Witryna Polskie Superżywności [www.ffood.pl](http://www.ffood.pl) prezentuje polskie produkty o szczególnej wartości odżywczej, posiadające udokumentowane bioskładniki w postaci witamin, biopierwiastków, białka, błonnika i nienasyconych kwasów tłuszczowych. Najlepszą miarą posiadanego bogactwa składników bioaktywnych jest Indeks Biopotencjału Odżywczego NPI, obliczany jako suma punktów za każdą porcję - dawkę referencyjną bioskładnika. Zgodnie z unijnym prawem żywnościowym jako dawkę referencyjną przyjęto „znaczącą ilość” składnika odżywczego równą 15% Referencyjnej Wartości Spożycia (RWS). Jeden punkt przyznaje się za jedną dawkę referencyjną bioskładnika, co jest równoważne oświadczeniu żywieniowemu „źródło” i konsekwentnie dwa punkty za „wysoką zawartość” równą 30% RWS (2 dawki), a maksymalnie trzy punkty za „wysoką zawartość” równą 45% RWS (3 dawki). Dla przykładu, RWS dla witaminy C wynosi 80 mg dziennie, więc dawka referencyjna wynosi 12 mg (15%). Jeżeli w 100 g produktu znajduje się np. 18 mg witaminy C, to produkt dostanie 1 punkt, a gdy np. 50 mg to produkt dostanie 3 punkty NPI. Indeks biopotencjału posiada jednostkę miary [dawki referencyjne/100 g].

W dietetyce kluczowe są jeszcze dwa indeksy: gęstości energetycznej EDI, pokazujący wartość energetyczną produktu przeliczoną na 100 g produktu (EDI występuje na pierwszym miejscu w tabeli wartości odżywczej) o jednostce miary [kcal/100 g, ewentualnie kcal/100 ml] oraz indeks gęstości odżywczej NDI, który pokazuje miarę bogactwa bioskładników w przeliczeniu na 100 kcal [dawki referencyjne/100 kcal]. Indeks NDI oblicza się jako iloraz  $NPI/EDI \cdot 100$ .

Produkty spożywcze są prezentowane w Witrynie mającej kształt „piramidy superżywności”. Położenie na półkach piramidy określa Indeks Biopotencjału Odżywczego NPI, a pozycję horyzontalną Indeks Gęstości Odżywczej NDI. Produkty ułożone są na półkach oznaczonych w następujący sposób:

klasa (półka)	zakres indeksu NPI	wyróżnienie kolorem	kategoria
PREMIUM	1 – 4		A
SUPER	5 – 9		AA
HIPER	10 - 19		AAA
SUPERIOR	powyżej 20		AAA

Położenie w piramidzie określa cechy dietetyczne: im wyżej w piramidzie tym produkt bogatszy w bioskładniki, a im bardziej po prawej stronie tym produkt jest bardziej niskokaloryczny, a po lewej wysokokaloryczny.

W Witrynie Polskiej Superżywności ułożono wyłącznie produkty spełniające kryteria znaku certyfikującego F-Food określone hasłem promocyjnym **+30 -100 = F-Food**

+30-100=F-Food



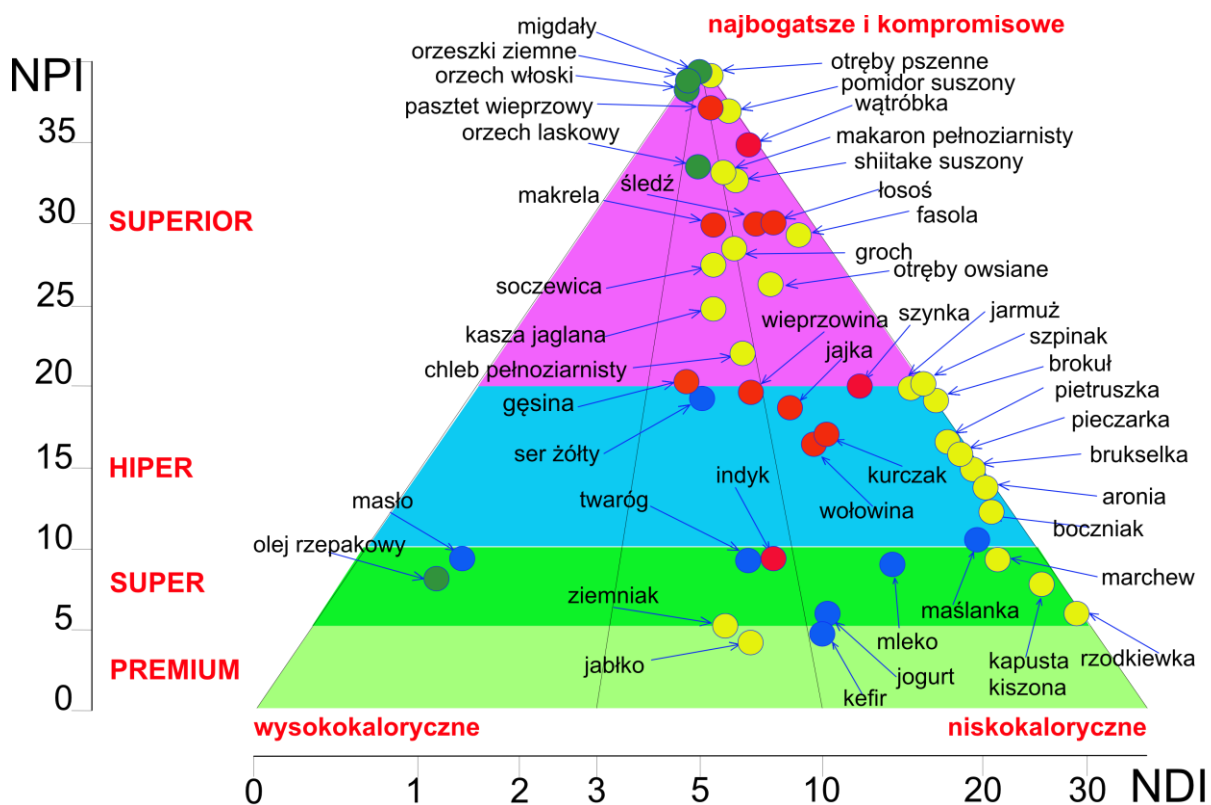
**F-Food** - unijny znak towarowy dający gwarancję, że produkt **zawiera znaczącą ilość spośród 30 najcenniejszych składników odżywczych**: 13 witamin (np. B12, C, D3), 12 składników mineralnych (np. wapnia, magnezu), białka, błonnika pokarmowego, jedno- lub wielonienasyconych kwasów tłuszczowych (np. omega-3), a jednocześnie **nie zawiera ponad 100 niekorzystnych składników**: barwników (np. karminu, amarantu), konserwantów (np. benzoesanów, sorbinianu potasu), przeciwutleniaczy, środków spulchniających (np. fosforanów), wzmacniaczy smaku (np. glutaminianów), substancji słodzących (np. sacharyny, aspartamu), sztucznych aromatów, monocukrów i oleju palmowego.

Dane wykorzystywane w określeniu indeksów NPI i NDI pochodzą w większości z bazy danych:

**Katalog F-FOOD** <https://katalog.f-food.pl/>

W Witrynie Superżywności umieszczono trzy rodzaje produktów:

- rzeczywiste produkty o szczególnej wartości odżywczej, certyfikowane unijnym znakiem F-Food, a więc ocenione przez ekspertów F-Food na podstawie specyfikacji produktów;
- produkty referencyjne, bez konkretnego producenta, pokazujące potencjalne oświadczenia żywieniowe i możliwe do uzyskania wartości indeksów dietetycznych;
- produkty rzeczywiste bez certyfikatu znaku F-Food, a więc bez gwarancji właściwego składu, opracowane na podstawie informacji z etykiet.



Położenie produktu w Witrynie, a więc jego wartości indeksów NPI i NDI (i pośrednio EDI) dają cenę, ale uproszczoną ocenę dietetyczną. Im wyżej w piramidzie jest on położony, tym więcej składników bioaktywnych zawiera, czyli jest bogatszy w składniki bioaktywne i jest cenniejszy ze względów dietetycznych. W górnym rogu znajdują się także produkty kompromisowe, które mając bardzo wysoką wartość energetyczną, są tak bogate w składniki bioaktywne, że warto je spożywać, chociaż w ograniczonej ilości. Z kolei, im bardziej znacznik znajduje się w dolnym prawym rogu i przy prawej krawędzi piramidy, tym bardziej produkt jest niskokaloryczny. Jednocześnie, im bardziej znajduje się on w dolnym lewym rogu i przy lewej krawędzi piramidy, tym bardziej jest wysokokaloryczny. W zdrowej diecie istotne jest, by w miarę możliwości zastępować składniki o wysokiej gęstości energetycznej tymi o niskiej (czyli wysokim NDI). W praktyce oznacza to, że posiłki powinny być komponowane z produktów umieszczonych na najwyższych półkach Witryny, a jednocześnie znajdujące się po jej prawej stronie, co pozwala na spożycie większej ich porcji.

Ponieważ system jest sprzężony z systemem F-Food, zawsze istnieje możliwość pozyskania pełnej informacji o składnikach odżywczych danego produktu z bazy danych F-Food dostępnej w Internecie na stronie [www.f-food.pl](http://www.f-food.pl). W Witrynie zamieszczone są przejściowo oceny i opisy klas produktów, bez konkretnego producenta, nazywane produktami referencyjnymi. W miarę wypełniania Witryny rzeczywistymi produktami, będą one usuwane.

Niektóre produkty mają wyznaczoną kategorię odpowiadającą klasie A-premium, AA super, AAA hiper lub superior.


# 1. KATEGORIA ULTRA F-FOOD

Kategoria ULTRA F-FOOD obejmuje produkty spożywcze o Indeksie Potencjału Odżywczego NPI większym/równym 20 punktów.

<b>NPI=44</b>	<b>ULTRA F-FOOD</b>	<b>kategoria AAAa+</b>
---------------	---------------------	------------------------

## MIGDAŁY referencyjne


### INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	białko 1	wit. B1 1	wit. B2 3	wapń 2	fosfor 3	potas 2	kwasy tł. jednonienasycone 3
	błonnik 3	wit. B3 1	wit. B7 3	żelazo 1	cynk 2	magnez 3	kwasy tł. nienasycone 3
		wit. B9 1	wit. E 3	mangan 3	molibden 3	miedź 3	
	indekсы dietetyczne						
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>			
<b>584</b>		<b>44</b>		<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin E, B2 i B7  źródło witamin B1, B3 i B9  wysoka zawartość wapnia, fosforu, potasu, cynku, magnezu, miedzi, manganu i molibdenu  źródło żelaza  wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych  wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych</p>
---


**NPI=44****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****ORZESZKI ZIEMNE referencyjne**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2	wit. B1 3	wit. B3 3		potas 2	żelazo 2	magnez 3	kwasy tł. jednonienasycone 3	
	błonnik 3	wit. B5 2	wit. B6 1		selen 3	miedź 3		kwasy tł. nienasycone 3	
		wit. B9 3	wit. E 3		cynk 2	mangan 3			
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>567</b>			<b>44</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witamin B1, B3, B5, B9 i E źródło witaminy B6 wysoka zawartość potasu, żelaza, magnezu, selenu, miedzi, cynku i manganu wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych</p>
--


**NPI=43****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****OTRĘBY pszenne (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit.E 2	wit.B1 3	wit.B3 3	potas 3	wapń 1	magnez 3	fosfor 3
	błonnik 3		wit.B5 1	wit.B9 3	mangan 3	żelazo 3	miedź 3	selen 3	cynk 3
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>185</b>			<b>43</b>			<b>23</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy E, B1, B3 i B9 źródło witaminy B5 wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, żelaza, miedzi, selenu, cynku i manganu źródło wapnia</p>
---

**NPI=43****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa+****ZARODKI PSZENNE (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit.E	wit.B1	wit.B2		potas	magnez	żelazo	fosfor
	3	3	3	2		3	3	3	3
	błonnik	wit.B6	wit.B9	wit.B3		cynk	miedź	mangan	
	3	3	3	2		3	3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>323</b>			<b>43</b>			<b>13</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin E, B1, B2, B3, B6 i B9  wysoka zawartość potasu, magnezu, żelaza, fosforu, cynku, miedzi i manganu</p>
--


**NPI=38****ULTRA F-FOOD****POMIDORY SUSZONE referencyjne****INDEKSY DIETETYCZNE**

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
białko	błonnik	wit. B1	wit. B2		wapń	miedź	żelazo	<b>258</b>	<b>38</b>	<b>15</b>
2	3	3	2		1	3	3			
		wit. B3	wit. B6		magnez	fosfor				
		3	1		3	3				
		wit. C	wit. K		cynk	mangan	likopen			
		3	3		1	3	1			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>ULTRA F-Food</b>  wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B2, B3, C i K  źródło witaminy B6  wysoka zawartość miedzi, żelaza, magnezu, fosforu, manganu  źródło wapnia i cynku</p>
---	---


**NPI=38****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAb+****PASZTET WIEPRZOWY (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit. B1	wit. B2	wit. B3		fosfor	cynk	żelazo	tt. jednonienasycone
	2	1	3	3		2	2	3	3
		wit. B5	wit. B6	wit. B9	wit. B12	miedź	selen		tłuszcze nienasycone
		3	2	3	3	2	3		3
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>304</b>			<b>38</b>			<b>13</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość witamin B2, B3, B5, B6, B9 i B12</p> <p>źródło witaminy B1</p> <p>wysoka zawartość fosforu, żelaza, miedzi, cynku i selenu</p> <p>wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych</p> <p>wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych</p>
---


**NPI=37****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAb****ORZECHY WŁOSKIE referencyjne**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		wit. B1	wit. B6	fosfor	potas	żelazo	magnez	kwasy tł. wielonienasycone	
		2	2	3	1	1	3	3	
	błonnik	wit. B9	wit. E	cynk	mangan	molibden	miedź	kwasy tł. nienasycone	
	2	3	3	2	3	3	3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>654</b>			<b>37</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika</p> <p>wysoka zawartość witamin E, B1, B6 i B9</p> <p>wysoka zawartość fosforu, cynku, magnezu, miedzi, manganu i molibdenu</p> <p>źródło żelaza i potasu</p> <p>wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych</p> <p>wysoka zawartość tłuszczów wielonienasyconych</p>
---


**NPI=35****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAca****KASZKA mleczna 7 zbóż BOBOVITA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.A 3	wit.C 3	wit.B1 3	wit.B7 3		wapń 3	żelazo 3	jod 3
	błonnik 2	wit.E 3	wit.D 3	wit.B6 3			oligosacharydy 2		
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>414</b>				<b>35</b>			<b>8</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin A, C, D, E, B1, B6 i B7  wysoka zawartość wapnia, żelaza i jodu</p>
---


**NPI=35****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****SŁONECZNIK łuskany BAKALLAND**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.E 3	wit. B1 3	wit.B2 1	potas 2	wapń 1	fosfor 3	magnez 3	
	błonnik 2	wit.B3 2	wit.B6 3	wit.B9 2	żelazo 2	cynk 1	miedź 3	mangan 3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>618</b>				<b>35</b>			<b>6</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin E, B1, B2, B3, B6 i B9  wysoka zawartość potasu, fosforu, magnezu, żelaza, miedzi i manganu  źródło wapnia i cynku</p>
--

**NPI=34****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****ORZECHY LASKOWE (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))											
	błonnik		wit.K	wit.E		potas	magnez	fosfor	kwasy tłuszczowe nienasycone			
	3		1	3		2	3	2	3			
		wit.B1	wit.B2	wit.B6		cynk	żelazo	mangan	kwasy tłuszczowe jednonienasycone			
	3	3	2		1	2	3	3				
indeksy dietetyczne												
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>				
<b>628</b>				<b>34</b>				<b>5</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


<p>wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin E, B1, B2 i B6  źródło witaminy K  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, żelaza i manganu  źródło cynku  wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych  wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych</p>
--

**NPI=33****ULTRA F-FOOD****MAKARON PEŁNOZIARNISTY (referencyjny)****INDEKSY DIETETYCZNE**


bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))												EDI	NPI	NDI	
białko	błonnik		wit.B1	wit.B2	wit. B3		potas	fosfor	magnez	cynk			<b>340</b>	<b>33</b>	<b>10</b>
1	3		3	1	3		1	3	2	2					
			wit.B5	wit B6	wit.B9		żelazo	mangan	miedź	selen					
			1	1	2		1	3	3	3					

powyższe dane dla makaronu surowego, ugotowany będzie miał niższe wartości

przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B1, B3 i B9  źródło witaminy B2, B5 i B6  wysoka zawartość fosforu, magnezu, cynku, manganu, miedzi i selenu  źródło potasu i żelaza</p>
---	---


**NPI=33****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****SHIITAKE suszony (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. D	wit. B1	wit B2		potas	fosfor	magnez
	3		3	1	3		3	2	2
	błonnik		wit. B3	wit. B6	wit. B9		cynk	selen	
	3		3	3	1		3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>296</b>			<b>33</b>			<b>11</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin D, B2, B3 i B6  źródło witamin B1 i B9  wysoka zawartość potasu, fosforu, magnezu, cynku i selenu</p>
---


**NPI=33****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa+****WĄTRÓBKA drobiowa (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									
	białko	wit. A	wit. B1	wit. B2	wit. B3	wit. B5	żelazo	fosfor	cynk	
	3	3	1	3	3	3	3	2	1	
		wit. C	wit. B6	wit. B9	wit. B12		selen	miedź	mangan	
		1	3	3	3		3	3	1	
indeksy dietetyczne										
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>		
<b>130</b>				<b>33</b>				<b>25</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin A, B2, B3, B5, B6, B9 i B12  źródło witamin C i B1  wysoka zawartość fosforu, żelaza, miedzi i selenu  źródło cynku i manganu</p>
--


**NPI=33****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAca****KASZKA PORCJA ZBÓŻ zbożowo-owsiana jabłko gruszka BOBOVITA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.A 3	wit.C 3	wit.B1 3	wit.B7 3		wapń 3	żelazo 3	jod 3
	błonnik 2	wit.E 3	wit.D 3	wit.B6 3					
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>440</b>			<b>33</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witamin A, C, D, E, B1, B6 i B7 wysoka zawartość wapnia, żelaza i jodu</p>
--


**NPI=33****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAca****KASZKA mleczno-zbożowa kakao BOBOVITA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.A 3	wit.C 3	wit.B1 3	wit.B7 3		wapń 3	żelazo 3	jod 3
	błonnik 1	wit.E 3	wit.D 3	wit.B6 3					
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>425</b>			<b>33</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka źródło błonnika wysoka zawartość witamin A, C, D, E, B1, B6 i B7 wysoka zawartość wapnia, żelaza i jodu</p>
--


**NPI=32****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAc****ORZECHY BRAZYLIJSKIE (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		wit. E 3	wapń 1	magnez 3	fosfor 3	potas 2		
	błonnik 2	wit.B1 3	mangan 3	miedź 3	cynk 2	żelazo 1	selen 3	kwasy tł. nienasycone 3
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>659</b>		<b>32</b>			<b>5</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość błonnika pokarmowego  
 wysoka zawartość witamin E i B1  
 wysoka zawartość magnezu, fosforu, potasu, manganu, miedzi, cynku i selenu  
 źródło wapnia i żelaza  
 wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych


**NPI=30****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****ORZECHY NERKOWCA (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 1	wit.K 3	wit.B1 2	magnez 3	fosfor 3	potas 2	kwasy tł. jednonienasycone 3	
	błonnik 1	wit.B6 2	wit.B12 1	cynk 3	żelazo 3	kwasy tł. nienasycone 3		
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>553</b>		<b>30</b>			<b>5</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

źródło białka  
 źródło błonnika pokarmowego  
 wysoka zawartość witamin K, B1 i B6  
 źródło witaminy B12  
 wysoka zawartość magnezu, fosforu, potasu, cynku i żelaza  
 wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych  
 wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych


**NPI=30****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****KASZA QUINOA (komosa ryżowa) niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.E 1	wit.B1 2	wit.B2 1		potas 1	magnez 3	fosfor 3	żelazo 2
	błonnik 2		wit.B6 2	wit.B9 3		miedź 3	cynk 2	mangan 3	selen 1
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>368</b>			<b>30</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witaminy B3  źródło witamin B1, B5 i B6  wysoka zawartość magnezu, fosforu, miedzi i manganu  źródło potasu, żelaza, selenu i cynku</p>
---	---


**NPI=29****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****Krem orzechowy GO ON PROTEIN o smaku słonego karmelu SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2		wit. B1 3	wit. B3 3		potas 2	żelazo 1	magnez 3	fosfor 3
	błonnik 1		wit. E 3	wit. B6 1		cynk 1	miedź 3	mangan 3	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>			
<b>579</b>				<b>29</b>		<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  źródło błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B3 i E  źródło witaminy B6  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, miedzi i manganu  źródło cynku i żelaza</p>
--

**NPI=29****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****Baton wysokobiałkowy PROTEIN 33% kokosowy SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									
	białko		wit. C	wit. B1	wit. B3	wit. B5		magnez		
	3		3	3	3	3		2		
	błonnik		wit. E	wit. B6	wit. B12					
3		3	3	3						
indeksy dietetyczne										
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>		
<b>391</b>				<b>29</b>				<b>7</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B3, B5, B6, B12, C i E  wysoka zawartość magnezu</p>
--

**NPI=29****ULTRA F-FOOD****FASOLA referencyjna****INDEKSY DIETETYCZNE**


bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))										EDI	NPI	NDI	
białko	błonnik		wit. B1	wit. B2		wapń	potas	żelazo			315	29	9
2	3		3	1		1	3	3					
			wit. B6	wit. B9		magnez	fosfor	cynk					
			2	3		3	3	2					

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>ULTRA F-Food</b>  wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B6 i B9  źródło witaminy B2  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, żelaza i cynku  źródło wapnia</p>
---	--

(uwaga: po ugotowaniu mniejsze wartości!)


**NPI=28****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****MAKRELA WĘDZONA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 3	wit. D 3	wit. B3 2		fosfor 2	selen 3		tt. jednonienasycone 6
		wit. B6 1	wit. B12 3		jod 2			tłuszcze omega-3 3
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>242</b>			<b>28</b>			<b>12</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin D, B3 i B9  źródło witaminy B6  wysoka zawartość fosforu, jodu i selenu  wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
---


**NPI=28****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa+****Sardynki w oleju (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 3		wit. E 1	wit.B3 2		wapń 3	fosfor 3	potas 1
	wit.D 3		wit.B2 1	wit.B12 3		miedź 1	żelazo 1	selen 3
	kwasy omega-3 3							
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>212</b>			<b>28</b>			<b>13</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin B3 i B12  źródło witamin E i B2  wysoka zawartość wapnia, fosforu i selenu  źródło potasu, miedzi i żelaza  wysoka zawartość kwasów omega-3</p>
--

**NPI=28****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa+****łosoś świeży (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit.B2 1	wit. B3 3		fosfor 2	potas 1	kwasy tłuszczowe nienasycone 3	kwasy tłuszczowe wielonienasycone 3
	wit.D 3		wit.B6 3	wit.B12 3		selen 3			kwasy omega-3 3
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>142</b>			<b>28</b>			<b>22</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin D, B3, B6 i B12  źródło witaminy B2  wysoka zawartość fosforu i selenu  źródło potasu  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych nienasyconych  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych wielonienasyconych  wysoka zawartość kwasów omega-3</p>
--


**NPI=28****ULTRA F-FOOD****ŚLEDŹ SUROWY referencyjny****INDEKSY DIETETYCZNE**

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))											EDI	NPI	NDI
białko 3		wit B2 1	wit. B3 1	wit. B6 1			fosfor 2	miedź 1		wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych 3	<b>158</b>	<b>28</b>	<b>18</b>
		wit. B12 3	wit. D 2			cynk 1	selen 3	jod 1		wysoka zawartość kwasu tłuszczowego omega-3 6			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin B12 i D  źródło witamin B1, B3 i B6  wysoka zawartość fosforu i selenu  źródło miedzi, jodu i cynku  wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów  tłuszczowych  wysoka zawartość kwasu tłuszczowego omega-3</p>
---	---


**NPI=28****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****MIGDAŁY BAKALLAND 100 g****INDEKSY DIETETYCZNE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		wit. B1 1	wit. B2 3	wapń 2	fosfor 3	potas 2		
	błonnik 2	wit. B9 3	wit. E 3	żelazo 1	cynk 2	magnez 3	mangan 3	
indekсы dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>666</b>			<b>28</b>			<b>4.2</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość błonnika</p> <p>wysoka zawartość witamin E, B2 i B9</p> <p>źródło witaminy B1</p> <p>wysoka zawartość wapnia, fosforu, potasu, cynku, magnezu i manganu</p> <p>źródło żelaza</p>
--	--


**NPI=28****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****GROCH (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									
	białko 3	wit.K 1	wit.B1 3	wit.B2 1	wit.B3 1	potas 3	magnez 2	fosfor 3		
	błonnik 3		wit.B6 1	wit.B9 3		żelazo 2	cynk 2			
indekсы dietetyczne										
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>		
<b>319</b>				<b>28</b>				<b>9</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka</p> <p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego</p> <p>wysoka zawartość witamin B1 i B9</p> <p>źródło witamin K, B2, B3 i B6</p> <p>wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, żelaza i cynku</p>
--	---


**NPI=28****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****SOCZEWICA CZERWONA (referencyjna, suche ziarno)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. B1	wit. B2	wit. B3		potas	magnez	fosfor
	3		3	2	1		3	1	3
	błonnik		wit. B6	wit. B9			żelazo	cynk	
	3		2	3			2	2	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>341</b>			<b>28</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka</p> <p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego</p> <p>wysoka zawartość witamin B1, B2, B6 i B9</p> <p>źródło witaminy B3</p> <p>wysoka zawartość potasu, fosforu, żelaza i cynku</p> <p>źródło magnezu</p>
---


**NPI=27****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa+****OTRĘBY OWSIANE referencyjne**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2			wit.B1 3		potas 1	wapń 1	magnez 3	fosfor 3
	błonnik 3		wit.B5 1	wit.B9 1		żelazo 2	miedź 2	selen 3	cynk 2
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>246</b>		<b>27</b>			<b>11</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B1  źródło witaminy B5 i B9  wysoka zawartość magnezu, fosforu, żelaza, miedzi, selenu i cynku  źródło potasu i wapnia</p>
---


**NPI=27****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****LEN ziarno (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit.E 3	wit.B1 3	wit.B3 1		potas 2	wapń 2	magnez 3	żelazo 2
	błonnik 3	wit.B5 1	wit.B6 2	wit.B9 3		mangan 3	miedź 3	selen 3	cynk 3
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>534</b>			<b>38</b>			<b>7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy E, B1, B6 i B9  źródło witaminy B3 i B5  wysoka zawartość potasu, wapnia, magnezu, żelaza, miedzi, selenu, manganu i cynku</p>
---


**NPI=27****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****CIECIERZYCA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 2	wit. B1 2	wit. B2 1	wit. B5 1	fosfor 2	potas 2	magnez 1	
	błonnik 3		wit. B6 2	wit. B9 3	mangan 3	cynk 1	żelazo 2	miedź 3
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>378</b>			<b>27</b>			<b>7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B6 i B9  źródło witamin B2 i B5  wysoka zawartość potasu, fosforu, żelaza, miedzi i manganu  źródło magnezu i cynku</p>
---


**NPI=27****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****SOCZEWICA zielona SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 3	wit. B1 2	wit. B2 1			potas 3	magnez 2	fosfor 3
	błonnik 3	wit. B3 2	wit. B9 3			żelazo 3	cynk 2	
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>308</b>			<b>27</b>			<b>9</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B3 i B9  źródło witaminy B2  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu, żelaza i cynku</p>
--


**NPI=26****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAbA****PASTA z migdałów OLINI****INDEKSY DIETETYCZNE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. B1	wit. B2		wapń	fosfor	potas	
	1		1	3		2	3	2	
	błonnik		wit. B3	wit. B7		mangan	cynk	magnez	
1		2	3		3	2	3		
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>647</b>			<b>26</b>			<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka</p> <p>źródło błonnika</p> <p>wysoka zawartość witamin B2, B3 i B7</p> <p>źródło witaminy B1</p> <p>wysoka zawartość wapnia, fosforu, potasu, cynku, magnezu i manganu</p>
--	---

**NPI=26****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa+****KASZA GRYCZANA (referencyjna)**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B2	wit. B3	potas	fosfor	magnez	cynk
	1		1	1	2	1	3	2	1
	błonnik		wit.B5	wit B6	wit.B9	żelazo	mangan	miedź	selen
3		1	1	1	1	3	3	1	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>346</b>			<b>26</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka</p> <p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego</p> <p>wysoka zawartość witaminy B3</p> <p>źródło witaminy B1, B2, B5, B6 i B9</p> <p>wysoka zawartość fosforu, magnezu, manganu i miedzi</p> <p>źródło potasu, żelaza, cynku i selenu</p>
--	--

powyższe dane dla kaszy surowej, ugotowana będzie miała niższe wartości


**NPI=25****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****PŁATKI OWSIANE (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1		wit.K 3	wit.B1 3		potas 1	magnez 2	żelazo 2	
	błonnik 3		wit.B5 1			cynk 2	miedź 3	mangan 3	beta-glukany 1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>373</b>			<b>25</b>			<b>7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość K i B1 źródło witaminy B5 wysoka zawartość magnezu, żelaza, cynku, miedzi i manganu źródło potasu źródło beta-glukanów</p>
--	--


**NPI=25****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAb****SOK z młodego jęczmienia sproszkowany BIO PLANET**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3	błonnik 1	wit. B1 3	potas 3	fosfor 3	wapń 3	żelazo 3	magnez 3	cynk 3
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>308</b>			<b>25</b>			<b>8</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka źródło błonnika wysoka zawartość witaminy B1 wysoka zawartość potasu, fosforu, wapnia, żelaza, magnezu i cynku</p>
--	---


**NPI=24****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****KIEŁKI SŁONECZNIKA liofilizowane UNIFLORA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		wit. E	wit.B1	wit.B6	wit.B9	miedź	mangan
	3	3		3	3	3	3	3	3
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>448</b>			<b>24</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin E, B1, B6, B9  wysoka zawartość miedzi i manganu</p>
--


**NPI=24****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****KASZA JAGLANA niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B2	wit.B3		magnez	fosfor	żelazo
	1		2	1	2		2	2	1
	błonnik		wit.B5	wit.B6	wit.B9		cynk	mangan	miedź
2		1	1	2		1	3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>378</b>			<b>24</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin B1, B3 i B9  źródło witamin B2, B5 i B6  wysoka zawartość magnezu, fosforu i manganu  źródło żelaza i cynku</p>
---


**NPI=24****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****KASZA BULGUR niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1		wit.B1 1	wit.B3 2		potas 1	magnez 3	fosfor 3	żelazo 1
	błonnik 3		wit.B5 1	wit.B6 1		miedź 2	cynk 1	mangan 3	selen 1
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>342</b>			<b>24</b>			<b>7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witaminy B3 źródło witamin B1, B5 i B6 wysoka zawartość magnezu, fosforu, miedzi i manganu źródło potasu, żelaza, selenu i cynku</p>
--

**NPI=23****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****JAJA PRZEPIÓRCZE (referencyjne)**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit B2 3	wit. B9 2		żelazo 1	fosfor 2		tl. jednonienasycone 3
			wit. B12 3	wit. D 2		cynk 1	selen 3		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>158</b>			<b>23</b>			<b>15</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B2, B9, B12 i D wysoka zawartość fosforu i selenu źródło żelaza i cynku wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych</p>
---

**NPI=23****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAb****PASTA z nerkowców OLINI**


## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 1	wit. B1 3	wit. B2 3		fosfor 3	potas 2		
		wit. B3 1	wit. B6 1		mangan 3	cynek 3	magnez 3	
	indekсы dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>633</b>		<b>23</b>			<b>3.6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość witamin B1i B2 źródło witamin B3 i B6 wysoka zawartość fosforu, potasu, cynku, magnezu i manganu</p>
--


**NPI=23****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****MAKA żytnia typ 2000 pełnoziarnista (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 1	wit. B1 1	wit. B6 1		potas 1	cynek 2	magnez 1	fosfor 3
	błonnik 3	wit. B9 3			żelazo 1	mangan 3	miedź 2	selen 1
	indekсы dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>301</b>		<b>23</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy B9 źródło witamin B1 i B6 wysoka zawartość cynku, fosforu, manganu i miedzi źródło potasu, magnezu, żelaza i selenu</p>
--


**NPI=23****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa****KASZA JĘCZMIENNA niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B2		potas	magnez	fosfor	żelazo
	1		3	1		1	2	2	1
	błonnik		wit.B3	wit.B6		cynk	selen	miedź	
	3		2	1		1	3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>354</b>			<b>23</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin B1 i B3  źródło witaminy B2 i B6  wysoka zawartość magnezu, fosforu, miedzi i selenu  źródło potasu, żelaza i cynku</p>
--	---


**NPI=23****ULTRA F-FOOD****kategoria AAAa****KASZA ORKISZOWA niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B3		potas	magnez	fosfor	żelazo
	1		2	2		1	2	3	2
	błonnik		wit.B6	wit.B9		miedź	cynk	mangan	
	3		1	1		1	2	2	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>350</b>			<b>23</b>			<b>7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin B1 i B3  źródło witamin B6 i B9  wysoka zawartość magnezu, fosforu, żelaza, cynku i manganu  źródło potasu i miedzi</p>
--	---

**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****KASZA GRYCZANA prażona SANTE**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko			wit. B1			potas	fosfor	magnez
	1			3			1	3	3
	błonnik			wit. B6			miedź	mangan	cynk
			3			2	3	2	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>344</b>			<b>22</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka          źródło błonnika pokarmowego          wysoka zawartość witamin B1 i B6          wysoka zawartość fosforu, magnezu, miedzi, manganu i cynku          źródło potasu</p>
--

**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAbA****PASTA z orzechów arachidowych OLINI**


## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko		wit. B1	wit. B2		fosfor	potas	
	1		3	2		3	2	
			wit. B3	wit. B6		mangan	cynk	magnez
		3	2		3	1	2	
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>594</b>			<b>22</b>			<b>3.7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka          wysoka zawartość witamin B1, B2, B3 i B6          wysoka zawartość fosforu, potasu, magnezu i manganu          źródło cynku</p>
---


**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****CHLEB żytni pełnoziarnisty (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		wit.E 1	wit.B1 1	wit.B3 1		potas 1	fosfor 2	żelazo 1	magnez 1
	błonnik 3		wit.B6 1	wit.B9 1		selen 3	mangan 3	cynk 2	miedź 1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>225</b>			<b>22</b>			<b>10</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego          źródło witamin E, B1, B3, B6 i B9          wysoka zawartość fosforu, cynku, selenu i manganu          źródło potasu, żelaza, magnezu i miedzi</p>
---

**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAbA****KIEŁBASA krakowska sucha (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3	wit.D 1	wit.B1 3	wit.B2 1		potas 1	żelazo 1	fosfor 2	cynk 2
		wit.B3 3	wit.B6 3	wit.B12 2					
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>323</b>			<b>22</b>			<b>7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka          wysoka zawartość witamin B1, B3, B6 i B12          źródło witamin B2 i D          wysoka zawartość fosforu i cynku          źródło żelaza i potasu</p>
--


**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAA****Fasola Mung TARGROCH**

	bioskładniki							
	wit. B1 3	wit. B2 1						
	potas 3	wapń 1	fosfor 3	magnez 3	żelazo 3			
	białko 2	błonnik 3						
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>315</b>			<b>22</b>			<b>7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witaminy B1  źródło witaminy B2  wysoka zawartość potasu, fosforu, magnezu i żelaza  źródło wapnia</p>
--


**NPI=22****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****ALGI NORI prażone (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 3		wit.A 3			wapń 3	potas 3	
	błonnik 3		wit.C 1			żelazo 3	jod 3	
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
	<b>325</b>			<b>22</b>			<b>7</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy A  źródło witaminy C  wysoka zawartość wapnia, potasu, żelaza i jodu</p>
---


**NPI=21****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAb****GRANOLA KETO orzechowa ONE DAY MORE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. E		magnez				
	1		2		3				
	błonnik		wit.B1		miedź	mangan			kwasy tł. wielonienasycone
	3		3		3	3			3
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>595</b>			<b>21</b>			<b>3.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin E i B1  wysoka zawartość magnezu, manganu i miedzi  wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych</p>
---


**NPI=21****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****KONCENTRAT POMIDOROWY 30% (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B2	wit. A			potas	magnez
	2		1	1	1			3	1
	błonnik		wit. B3	wit. B6	wit. E	wit. C		miedź	żelazo
	1		1	2	1	3		3	1
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>92</b>			<b>21</b>			<b>23</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  źródło błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1, B2, B3, C i K  źródło witaminy B6  wysoka zawartość miedzi, żelaza, magnezu, fosforu, manganu  źródło wapnia i cynku</p>
--


**NPI=21****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****SZPINAK (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. C	wit. A	wit. B6			żelazo	
	3		3	3	1			1	
	błonnik		wit. E	wit. K	wit. B9				
	3		1	3	3				
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>22</b>			<b>21</b>			<b>95</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin A, K, B9 i C  źródło witamin B6 i E  źródło żelaza</p>
--


**NPI=21****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa+****JARMUŻ (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. K	wit. C	wit. B6	wit. B9		wapń	potas
	3		3	3	1	3		1	1
	błonnik		wit. A						
	3		3						
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>36</b>			<b>21</b>			<b>58</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin C, K, A i B9  źródło witaminy B6  źródło wapnia i potasu</p>
--


**NPI=21****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAa****AMARANTUS niegotowany (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko			wit.B2		potas	magnez	fosfor	żelazo
	1			1		1	3	3	3
	błonnik			wit.B9		wapń	cynk	mangan	selen
	2		2		1	1	3	1	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>371</b>			<b>22</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witaminy B9  źródło witaminy B2  wysoka zawartość magnezu, fosforu, żelaza i manganu  źródło potasu, wapnia, selenu i cynku</p>
---	---


**NPI=33****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****SHIITAKE suszony (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit. D	wit. B1	wit B2		potas	fosfor	magnez
	3		3	1	3		3	2	2
	błonnik		wit. B3	wit. B6	wit. B9		cynk	selen	
	3	3	3	1		3	3		
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>296</b>			<b>33</b>			<b>11</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin D, B2, B3 i B6  źródło witamin B1 i B9  wysoka zawartość potasu, fosforu, magnezu, cynku i selenu</p>
---


**NPI=20****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa+****WIEPRZOWINA szynka surowa (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit. B1 3	wit. B2 2	wit. B3 3			fosfor 1	potas 1
			wit. B6 2	wit. B12 2	wit. D 1	wit. E 1		cynk 1	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>128</b>			<b>20</b>			<b>16</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B1, B2, B3, B6 i B12 źródło witamin D i E źródło fosforu, potasu i cynku</p>
--


**NPI=20****SUPERIOR F-FOOD****kategoria AAAaa****GĘSINA mięso+skóra (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	wit. B2 1	wit. B3 1	wit. B5 1	potas 1	żelazo 1	fosfor 2		tłuszcz. nienasycone 3
		wit. B6 2	wit. B12 1		cynk 1	selen 1	miedź 1		tł. jednonienasycone 3
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>371</b>			<b>20</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość witaminy B6 źródło witamin B2, B3, B5 i B12 wysoka zawartość fosforu źródło potasu, cynku, żelaza, miedzi i selenu wysoka zawartość kwasów tłuszcz. nienasyconych wysoka zawartość kwasów tłuszcz. jednonienasyconych</p>
---

**NPI=20****HIPER F-FOOD****kategoria AAAC****Dynia pestki łuskane SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		wit. B1	wit.E			potas	fosfor
	1	1		1	3			2	3
				wit.B2	wit.B9			magnez	żelazo
			1	2			3	3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>577</b>			<b>20</b>			<b>3.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  źródło błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin E i B9  źródło witamin B1 i B2  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu i żelaza</p>
--


## 2. KATEGORIA HIPER F-FOOD

Kategoria HIPER F-FOOD obejmuje produkty spożywcze o Indeksie Potencjału Odżywczego większym/równym 10 punktów i mniejszym od 20.

<b>NPI=19</b>	<b>HIPER F-FOOD</b>	<b>kategoria AAca</b>
---------------	---------------------	-----------------------

### SER DOJRZEWAJĄCY tyłczyki (referencyjny)

INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit. A	wit B2	wit B9	wit. B12	wapń	fosfor	cynk	jod
	3	1	2	1	3	3	3	2	1
	indekсы dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>334</b>			<b>19</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin B2 i B12  źródło witamin A i B9  wysoka zawartość wapnia, fosforu i cynku  źródło jodu</p>
---

<b>NPI=19</b>	<b>HIPER F-FOOD</b>	<b>kategoria AAca</b>
---------------	---------------------	-----------------------


### SER PLEŚNIOWY (referencyjny)

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.A	wit.B2	wit.B9			wapń	fosfor
	2		3	2	1			3	3
			wit.D	wit.B12				cynk	jod
			1	2				1	1
indekсы dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>363</b>			<b>19</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin A, B2, B9 i B12  źródło witaminy D  wysoka zawartość wapnia i fosforu  źródło cynku i jodu</p>
---

**NPI=19****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb-****Fit granola orzechy kakao SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
			wit.E 3	wit. B1 1		potas 1	fosfor 2	magnez 1	żelazo 2
	błonnik 3					cynk 1	miedź 2	mangan 3	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>419</b>			<b>19</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy E  źródło witaminy B1  wysoka zawartość fosforu, żelaza, miedzi i manganu  źródło potasu, magnezu i cynku</p>
---

**NPI=19****HIPER F-FOOD****WIEPRZOWINA karkówka referencyjna**


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))											EDI	NPI	NDI	
białko 3		wit B1 3	wit. B3 1	wit. B6 3	wit. B12 2				potas 3	żelazo 1	cynk 3	<b>205</b>	<b>19</b>	<b>9</b>


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>HIPER F-Food</b>  wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witamin B1, B6 i B12  źródło witaminy B3  wysoka zawartość potasu i cynku  źródło żelaza</p>
---	--

**NPI=19****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa+****WIEPRZOWINA schab z kością (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3	wit. B1 3	wit. B3 3	wit. B6 2	wit. B12 2		potas 1	fosfor 2	cynk 1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>174</b>			<b>19</b>			<b>11</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B1, B3, B6 i B12 wysoka zawartość fosforu źródło potasu i cynku
---	---

**NPI=18****HIPER F-FOOD****MALINA LIOFILIZOWANA referencyjna**


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							EDI	NPI	NDI
błonnik 3	wit. C 3	wit. E 1		potas 3	mangan 3	żelazo 1	<b>335</b>	<b>19</b>	<b>6</b>
				magnez 1	fosfor 1	miedź 3			

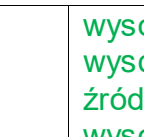
przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<b>HIPER F-Food</b> wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witaminy C źródło witaminy E wysoka zawartość potasu, manganu i miedzi źródło fosforu, magnezu i żelaza
---	---


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa+****JAJA KURZE (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3	wit. B2 2	wit. B5 1	wit. B9 1	wit. A 1	wit. D 2	fosfor 2	selen 3	tluszcz. omega3 3
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>143</b>			<b>18</b>			<b>13</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B2 i D źródło witamin B5, B9 i A wysoka zawartość fosforu i selenu wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3
---	--


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****KIEŁKI RZODKIEWKI liofilizowane UNIFLORA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		wit. C	wit.E	wit.B6	wit.B9		
	3	3		3	3	3	3		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>440</b>			<b>18</b>			<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin C, B6, B9</p>
---


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAACA-****Tran Olej z wątroby dorsza OLINI**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))					
	wit.D	kwasy tłuszczowe omega-3	nienasycone kwasy tłuszczowe	wit.A	wielonienasycone kwasy tłuszczowe	matryca omega3:6
	3	3	3	3	3	3
	indeksy dietetyczne					
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>		<b>NDI</b>	
<b>810</b>			<b>18</b>		<b>2.2</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość witamin A i D  wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość jednonienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
--

**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb-****ORZECHY włoskie SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		wit.E 1	wit. B1 2			potas 1	fosfor 3	magnez 1
	błonnik 2		wit.B6 3			miedź 1	mangan 3	cynk 1
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>665</b>			<b>18</b>			<b>2.7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B1 i B6  źródło witaminy E  wysoka zawartość fosforu i manganu  źródło potasu, magnezu, miedzi i cynku</p>
---


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAc****Morele suszone (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	błonnik 3	wit.A 2	wit.C 2	wit.E 1			potas 3	wapń 1
		wit. B1 1	wit.B2 1	wit.B3 2			fosfor 1	żelazo 1
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>284</b>			<b>18</b>			<b>6</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin A, C i B3  źródło witamin E, B1 i B2  wysoka zawartość potasu  źródło wapnia, fosforu i żelaza</p>
---


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAca****SER gouda tusty (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit. A	wit B2	wit. B12		wapń	fosfor	cynk	jod
	3	2	1	3		3	3	2	1
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>316</b>			<b>18</b>			<b>6</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin A i B12 źródło witaminy B2 wysoka zawartość wapnia, fosforu i cynku źródło jodu
--	--


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAca****SER MOZZARELLA (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit. A	wit B2	wit. B12		wapń	fosfor	selen	cynk
	3	1	1	3		3	3	2	2
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>238</b>			<b>18</b>			<b>8</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witaminy B12 źródło witamin B2 i A wysoka zawartość wapnia, fosforu, cynku i selenu
---	---


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****BOCZEK WIEPRZOWY surowy (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit.C	wit.B1	wit.B3		fosfor			
	1	2	3	1		1			
			wit.B6	wit.B12		cynk	selen		tłuszcze jednonienasycone
		1	2		1	3		3	
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>388</b>			<b>18</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	źródło białka wysoka zawartość witamin C, B1 i B12 źródło witaminy B3 i B6 wysoka zawartość selenu źródło fosforu i cynku wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych
---	--


**NPI=17****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****PIERŚ Z KURCZAKA (bez skóry) referencyjna**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	wit. B3	wit. B5	wit. B6		potas	fosfor	selen	
	3	3	1	3		1	3	3	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>99</b>			<b>17</b>			<b>17</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witaminy B3 i B6  źródło witaminy B5  wysoka zawartość fosforu i selenu  źródło potasu</p>
---


**NPI=17****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****BROKUŁ (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.A	wit.C	wit.B9			potas	
	3		1	3	3			1	
	błonnik		wit.K						
3		3							
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>31</b>			<b>17</b>			<b>55</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin C, K i B9  źródło witaminy A  źródło potasu</p>
---


**NPI=17****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa-****KASZA KUKURYDZIANA niegotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
			wit.B5 1	wit.B9 3			magnez 2	fosfor 2	żelazo 1
	błonnik 1						miedź 3	cynk 1	mangan 3
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>369</b>			<b>17</b>			<b>0.05</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło błonnika wysoka zawartość witaminy B9 źródło witaminy B5 wysoka zawartość magnezu, fosforu, miedzi i manganu źródło cynku i żelaza</p>
--	--


**NPI=17****HIPER F-FOOD****kategoria AAa****CHLORELLA detoks PURELLA SUPERFOODS**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3			wit.A 3	wit.B9 3			żelazo 1	fosfor 1
	błonnik 3			wit.B7 3					
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>372</b>			<b>17</b>			<b>4.6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witamin A, B7 i B9 źródło żelaza i fosforu</p>
--	--


**NPI=17****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa****HUMMUS (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 1	wit.B1 1	wit.B9 1		potas 1	fosfor 1	żelazo 1	magnez 1
	błonnik 2	wit. K 2				cynk 1	miedź 2	mangan 3
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>			
<b>237</b>		<b>17</b>		<b>7</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy K  źródło witamin B1 i B9  wysoka zawartość miedzi i manganu  źródło potasu, fosforu, żelaza, magnezu i cynku</p>
--


**NPI=18****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb-a****BATON DAKTYLOWO-ORZECHOWY (daktyl 50%,orzech włoski 50%) (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		wit. B1 1	wit.B6 3		potas 1	żelazo 1		tłuszcze wielonienasycone 6
	błonnik 2	wit.B9 1			cynk 1	magnez 2		
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>			
<b>470</b>		<b>18</b>		<b>4</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych nienasyconych  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych wielonienasyconych  źródło witamin B1, B6 i B9  wysoka zawartość magnezu  naturalne źródło potasu, żelaza i cynku</p>
--


**NPI=16****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****PIECZARKA BIAŁA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit B3 2	wit. B5 1	wit. B9 1		potas 1	fosfor 1	
	błonnik 2						selen 3	miedź 2	
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>22</b>			<b>16</b>			<b>73</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witaminy B3  źródło witamin B5 i B9  wysoka zawartość miedzi i selenu  źródło potasu i fosforu</p>
--	---

**NPI=16****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****PIECZARKA BRAZOWA (referencyjna)**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit B3 2	wit. B5 1	wit. B9 1		potas 1	fosfor 1	
	błonnik 2						selen 3	miedź 2	
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>26</b>			<b>16</b>			<b>62</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witaminy B3  źródło witamin B5 i B9  wysoka zawartość miedzi i selenu  źródło potasu i fosforu</p>
--	---




**NPI=16****HIPER F-FOOD****kategoria AAca-****OLEJ RYDZOWY - Inianka siewna (*camelina sativa*) (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))					
	wit.E 3	kwasy tłuszczowe omega-3 3	nienasycone kwasy tłuszczowe 3	wit.A 1	wielonienasycone kwasy tłuszczowe 3	matryca omega3:6 3
	indeksy dietetyczne					
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>	
<b>900</b>		<b>16</b>		<b>1.8</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość witaminy E źródło witaminy A wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
--


**NPI=16****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****PIETRUSZKA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	białko 2	wit.C 3	wit.K 3	wit.B6 1			
	błonnik 3	wit.E 1	wit.B9 3				
	indeksy dietetyczne						
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>49</b>		<b>16</b>			<b>33</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witamin C, K i B9 źródło witaminy E i B6</p>
--

**NPI=15****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa****MAKARON Pełne Ziarno Pióra LUBELLA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		fosfor	magnez	żelazo	cynk	miedź	mangan
	1	1		3	1	2	2	2	3
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>366</b>			<b>15</b>			<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


<p>źródło białka źródło błonnika pokarmowego wysoka zawartość fosforu, żelaza, cynku, miedzi i manganu źródło magnezu</p>
---

(suchy produkt)

INDEKSY DIETETYCZNE (ugotowany produkt)

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									EDI	NPI	NDI
białko	błonnik		fosfor	magnez	żelazo	cynk	miedź	mangan	<b>190</b>	<b>9</b>	<b>5</b>
1	1		1	1	1	1	1	2			


**NPI=15****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa-****FILETY z makreli w oleju GRAAL**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
		wit. B12	wit.D			kwasy omega-3	kwasy tłuszczowe jednonienasycone
		3	3			3	6
	indeksy dietetyczne						
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
<b>553</b>			<b>15</b>		<b>2.7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość witamin B12 i D wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych wysoka zawartość kwasów omega-3</p>
--


**NPI=15****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****KIEŁKI JARMUŻU liofilizowane UNIFLORA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))											
	białko	3	błonnik	3	wit. C	3	wit.B6	3	wit.B9	3		
	indeksy dietetyczne											
	<b>EDI</b>	<b>NPI</b>				<b>NDI</b>						
<b>426</b>	<b>15</b>				<b>3.5</b>							

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin C, B6, B9</p>
---


**NPI=15****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****ROSZPONKA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))										
	białko	3	wit.C	3	wit. A	3			potas	1	
	błonnik	3			wit.B6	1			żelazo	1	
	indeksy dietetyczne										
<b>EDI</b>	<b>NPI</b>				<b>NDI</b>						
<b>21</b>	<b>15</b>				<b>71</b>						

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin A i C  źródło witaminy B6  źródło potasu i żelaza</p>
---


**NPI=15****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****RUKOLA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))											
	białko	3	wit.C	1	wit.K	3			potas	1	wapń	1
	błonnik	3	wit.B9	3								
	indeksy dietetyczne											
<b>EDI</b>	<b>NPI</b>				<b>NDI</b>							
<b>25</b>	<b>15</b>				<b>60</b>							


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin K i B9  źródło witaminy C  źródło potasu i wapnia</p>
---

**NPI=14****HIPER F-FOOD****kategoria AAba****Ser z mleka A2A2 MLEKOVITA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2	błonnik 1	wit. A 1	wit. B12 3		wapń 3	fosfor 3	cynk 1	
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>371</b>			<b>14</b>			<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


	<p>wysoka zawartość białka  źródło błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B12  źródło witaminy A  wysoka zawartość wapnia i fosforu  źródło cynku</p>
---	--

**NPI=14****HIPER F-FOOD****ZIELONY GROSZEK**


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							EDI	NPI	NDI
białko 3	błonnik 2	wit. C 2	wit. E 2	potas 1	fosfor 1		<b>76</b>	<b>14</b>	<b>18</b>
		wit. B1 2	wit. B3 1						

przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>HIPER F-Food</b>  wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witamin C, E i B1  źródło witaminy B3  źródło potasu i fosforu</p>
---	---


**NPI=14****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****BRUKSELKA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.C	wit.B6				potas	
	3		3	1				1	
	błonnik		wit.K						
	3		3						
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>47</b>			<b>14</b>			<b>30</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin C i K  źródło witaminy B6  źródło potasu</p>
--

**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAA-****Nasiona chia TARGROCH**


	bioskładniki								
	żelazo	wapń	magnez						
	3	3	3						
	białko	błonnik							
	1	3							
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>443</b>			<b>13</b>			<b>2,9</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość wapnia, magnezu i żelaza</p>
--

**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAba****MAKARON pełnoziarnisty Super Ziarna Gigli POLMAK**

INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))										
	białko	błonnik			potas	magnez	cynk	fosfor	żelazo		
	1	3			1	2	2	3	1		
	indeksy dietetyczne										
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>			
<b>354</b>				<b>13</b>				<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość magnezu, fosforu i cynku  źródło potasu i żelaza</p>
--	--

**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAba****MAKARON pełnoziarnisty Super Ziarna Rurki POLMAK**

INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))										
	białko	błonnik			potas	magnez	cynk	fosfor	żelazo		
	1	3			1	2	2	3	1		
	indeksy dietetyczne										
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>				<b>NDI</b>			
<b>349</b>				<b>13</b>				<b>4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość magnezu, fosforu i cynku  źródło potasu i żelaza</p>
--	--

**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa****MAKARON gryczany BARTOLINI**

## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									
	białko	błonnik		wit.B1	wit.B9	magnez	miedź	fosfor	mangan	
	1	3		1	2	1	1	1	3	
	indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>				
<b>350</b>			<b>13</b>			<b>4</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika  wysoka zawartość witaminy B9  źródło witaminy B1  wysoka zawartość manganu  źródło magnezu, fosforu i miedzi</p>
---

**NPI=13****HIPER F-FOOD****AWOKADO**


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							EDI	NPI	NDI	
	błonnik	wit. B6	wit. B9		potas	miedź				
	1	1	2		2	1	wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych	<b>170</b>	<b>13</b>	<b>8</b>
							6			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>HIPER F-Food</b>  źródło błonnika  wysoka zawartość witaminy B9  źródło witaminy B6  wysoka zawartość potasu  źródło miedzi  wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych  wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych</p>
---	--


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa****CIECIERZYCA gotowana (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik	wit. B9		fosfor	żelazo	cynk	mangan	
	2	2	3		1	1	1	3	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>164</b>			<b>13</b>			<b>8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B9  wysoka zawartość manganu  źródło fosforu, żelaza i cynku</p>
---


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb-****MINI BATONIKI energia 102 g DOBRA KALORIA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		błonnik		wit. E	potas	magnez	fosfor	żelazo	
		2		2	2	2	3	2	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>442</b>			<b>13</b>			<b>2.9</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy E  wysoka zawartość potasu, magnezu, fosforu i żelaza</p>
---


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb+****SOK Multiwitamina classic TYMBARK**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	wit. C	wit. E		wit. B1	wit. B2	wit. B3	wit. B5	
	1	1		1	1	1	1	
		wit. A		wit. B6	wit. B7	wit. B9	wit. B12	
	3		1	1	1	1	1	
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>47</b>			<b>13</b>			<b>28</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość witaminy A źródło witamin C, E, B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9 i B12
--


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAA+****SAŁATA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	wit. C	wit. A	wit. K				
	3	1	1	3				
	błonnik		wit. B9					
3		2						
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>16</b>			<b>13</b>			<b>81</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witamin K i B9 źródło witamin A i C
---


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAA+****ARONIA referencyjna****INDEKSY DIETETYCZNE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	wit. K	wit. E	mangan				
	1	1	1	2				
	błonnik	wit. C	wit. A			antyoksydanty		
3	1	3			1			
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>47</b>			<b>13</b>			<b>28</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy A źródło witamin C, E i K wysoka zawartość manganu
--


**NPI=13****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****KAPUSTA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))									
	białko	błonnik			wit.K	wit.C	wit.B9			
	2	3			3	3	2			
	indeksy dietetyczne									
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>33</b>			<b>13</b>			<b>39</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin C, K i B9</p>
---


**NPI=12****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa+****BOCZNIAK (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik	wit B2	wit. B3	wit. B9		potas	fosfor	selen
	3	2	1	2	1		1	1	1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>36</b>			<b>12</b>			<b>34</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B3  źródło witamin B2 i B9  źródło potasu, fosforu i selenu</p>
--


**NPI=12****HIPER F-FOOD****kategoria AAca-****OLEJ LNIANY OLINI**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))					
		kwasy tłuszczowe omega-3 3	nienasycone kwasy tłuszczowe 3		wielonienasycone kwasy tłuszczowe 3	matryca omega3:6 3
	indeksy dietetyczne					
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>		<b>NDI</b>
<b>900</b>			<b>12</b>		<b>1.3</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
--


**NPI=12****HIPER F-FOOD****kategoria AAca-****OLEJ LNIANY LenVitol OLEOFARM**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))					
		kwasy tłuszczowe omega-3 3	nienasycone kwasy tłuszczowe 3		wielonienasycone kwasy tłuszczowe 3	matryca omega3:6 3
	indeksy dietetyczne					
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>		<b>NDI</b>
<b>837</b>			<b>12</b>		<b>1.4</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
--

**NPI=12****HIPER F-FOOD****kategoria AAaC****MUSLI PROTEINOWE z orzechami i bananem ONE DAY MORE**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko				magnez	potas			
	2				3	2			
	błonnik				cynk				
	3				2				
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>399</b>			<b>12</b>			<b>3.1</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość potasu, magnezu i cynku</p>
---

**NPI=12****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa****MAKARON z soczewicy czerwonej BARTOLINI**

## INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		wit.B1	wit.B9		miedź	żelazo	mangan
	3	1		1	2		3	1	1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>348</b>			<b>12</b>			<b>3.4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  źródło błonnika  wysoka zawartość witaminy B9  źródło witaminy B1  wysoka zawartość miedzi  źródło żelaza i manganu</p>
---

**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAaa+****MAŚLANKA 0.5% (referencyjna)**


## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 3		wit B2 1	wit. B12 2			wapń 2	fosfor 1	
							potas 1	selen 1	
	indekсы dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>37</b>			<b>11</b>			<b>30</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witaminy B12 źródło witaminy B1 wysoka zawartość wapnia źródło fosforu, potasu i selenu
--	--


**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****Kasza gryczana prażona SONKO**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	błonnik 3				potas 1	żelazo 1	cynk 2	magnez 3
	indekсы dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>353</b>			<b>11</b>			<b>3</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość cynku i magnezu źródło potasu i żelaza
--	--


**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****SUPER MUSLI odporność PURELLA SUPERFOODS**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 1	błonnik 3	wit.B1 1	potas 1	fosfor 2	magnez 1	żelazo 1	cynk 1
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>				<b>NDI</b>	
<b>344</b>		<b>11</b>				<b>3</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło witaminy B1 wysoka zawartość fosforu źródło potasu, magnezu, żelaza i cynku</p>
---


**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****FIT MUSLI żurawina goji SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		błonnik 3	wit.B3 2	potas 1	fosfor 2	magnez 1	żelazo 1	cynk 1
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>				<b>NDI</b>	
<b>323</b>		<b>11</b>				<b>3.4</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy B3 wysoka zawartość fosforu źródło potasu, magnezu, żelaza i cynku</p>
---


**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb****RODZYNKI SUŁTAŃSKIE BAKALLAND**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		błonnik	wit. B1		potas	fosfor	żelazo	miedź	mangan
		1	3		2	1	1	2	1
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>318</b>			<b>11</b>			<b>3.5</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B1  wysoka zawartość potasu i miedzi  źródło fosforu, żelaza i manganu</p>
--


**NPI=11****HIPER F-FOOD****kategoria AAAb+****SOK Multiwitamina TARCZYN**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		wit. C	wit. E		wit. B1	wit. B2	wit. B3	wit. B5	
		1	1		1	1	1	1	
			wit. A		wit. B6	wit. B7	wit. B9	wit. B12	
		3		1	1	1	1		
indeksy dietetyczne									
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>46</b>			<b>11</b>			<b>24</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość witaminy A  źródło witamin C, B3, B5, B6, B7, B9 i B12</p>
--


**NPI=10****HIPER F-FOOD****kategoria AAAaa+****POMIDORY (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik	wit. C	wit. B9		potas		antyoksydanty	
	2	3	2	1		1		1	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>19</b>			<b>10</b>						

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy C  źródło witaminy B9  źródło potasu</p>
---


**NPI=10****HIPER F-FOOD****kategoria AAAbA****Orzechy laskowe SANTE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		błonnik	wit. B1	wit B6	wit. E				
		3	1	3	3				
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>656</b>			<b>10</b>			<b>1.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witamin B6 i E  źródło witaminy B1</p>
---


**NPI=10****HIPER F-FOOD****kategoria AAAa-****ORZECHY WŁOSKIE BAKALLAND 100 g**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
							tłuszcze nienasycone 3
	błonnik 1					kwasy omega-3 3	tłuszcze wielonienasycone 3
	indeksy dietetyczne						
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>			
<b>683</b>		<b>10</b>		<b>1.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło błonnika  wysoka zawartość kwasów omega-3  wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych  wysoka zawartość tłuszczów wielonienasyconych</p>
--	--


**NPI=10****HIPER F-FOOD****kategoria AAca-****OLEJ DLA KOBIET OLINI**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	wit.E 1		nienasycone kwasy tłuszczowe 3		wielonienasycone kwasy tłuszczowe 3	kwasy tłuszczowe omega-3 3	
	indeksy dietetyczne						
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
<b>900</b>		<b>10</b>		<b>1.1</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło witaminy E  wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych  wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
--	---

**NPI=10****HIPER F-FOOD****kategoria AAA****Mąka owsiana TARGROCH**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	magnez 2	żelazo 2	cynk 2						
	białko 1	błonnik 3							
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>374</b>			<b>10</b>			<b>2,6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość cynku, magnezu i żelaza</p>
---


### 3. KATEGORIA SUPER F-FOOD

Kategoria SUPER F-FOOD obejmuje produkty spożywcze o Indeksie Potencjału Odżywczego większym/równym 5 punktów i mniejszym od 10.

<b>NPI=9</b>	<b>SUPER F-FOOD</b>	<b>kategoria AAAb</b>
--------------	---------------------	-----------------------

#### TWARÓG półtłusty (referencyjny)

##### INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko		wit B2	wit. B12			fosfor	
	3		2	2			2	
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>133</b>			<b>9</b>			<b>7</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B2 i B12 wysoka zawartość fosforu</p>
---

<b>NPI=9</b>	<b>SUPER F-FOOD</b>	<b>kategoria AAba+</b>
--------------	---------------------	------------------------


#### SOK Vitamini TYMBARK

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		blonnik	wit. A	wit. C	wit. E			antyutlenia
		3	3	1	1			cze
		3						1
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>37</b>			<b>9</b>			<b>24</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy A źródło witamin C i E</p>
---


**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAca-****MASŁO 82% (referencyjne)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
			wit. A 3	wit. D 3	wit. E 3			
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>741</b>			<b>9</b>			<b>1.2</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość witamin A, D i E
--	-----------------------------------

**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa****INDYK pierś (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko 3		wit B6 3	wit. B12 2			potas 1	
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>100</b>			<b>9</b>			<b>9</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość witamin B6 i B12 źródło potasu
--	---

**NPI=9****SUPER F-FOOD****PAPRYKA CZERWONA referencyjna**

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
białko 1	błonnik 3	wit. E 1	wit. C 3				antyutleniacze 1	<b>28</b>	<b>9</b>	<b>32</b>


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>SUPER F-Food</b>  źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy C  źródło witaminy E</p>
---	--


**NPI=9****SUPER F-FOOD****BURACZKI ĆWIKŁOWE referencyjne**

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
białko 1	błonnik 3		wit. B9 2			potas 1		<b>44</b>	<b>7</b>	<b>16</b>

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>SUPER F-Food</b>  źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy B9  źródło potasu</p>
--	---


**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****MARCHEW (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	białko		wit.K	wit.B9			
	1		1	1			
	błonnik		wit.A				
	3		3				
indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>33</b>			<b>9</b>			<b>27</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  źródło witaminy C</p>
--


**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****Olej rzepakowy TARGROCH**

	bioskładniki							
			tłuszcze nienasycone	tłuszcze jednonienasycone			kwasy tłuszczowe omega-3	
			3	3			3	
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>	
<b>900</b>			<b>9</b>			<b>1.0</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych  wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych  wysoka zawartość kwasu tłuszczowego omega-3</p>
---

**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****KASZA KUSKUS niegotowana (referencyjna)**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.B1	wit.B3				fosfor	
	1		1	1				1	
	błonnik		wit.B5				miedź	mangan	
		1				1	2		
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>376</b>			<b>9</b>			<b>2.4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka          źródło błonnika          źródło witamin B1, B3 i B5          wysoka zawartość manganu          źródło fosforu i miedzi</p>
---	--

**NPI=9****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****RODZYNKI SUŁTAŃSKIE BAKALLAND 200 g**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
					potas	fosfor	żelazo		
					2	2	1		
	błonnik				miedź	mangan			
1				2	1				
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>318</b>			<b>9</b>			<b>2.8</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło błonnika          wysoka zawartość potasu, fosforu i miedzi          źródło żelaza i manganu</p>
--	--


**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****MLEKO 2% (referencyjne)****INDEKSY DIETETYCZNE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2		wit B2 1	wit. B12 2		wapń 2	fosfor 1		
	indekсы dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>51</b>			<b>8</b>			<b>16</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość witaminy B12 źródło witaminy B2 wysoka zawartość wapnia źródło fosforu</p>
---	--


**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa****Makaron z zielonego groszku NOVELLE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2		błonnik 3		fosfor 3				
	indekсы dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>173</b>			<b>8</b>			<b>5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość fosforu</p>
---


**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****Morwa biała BIO PURELLA SUPERFOODS**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
		błonnik	wit. B2		wapń	żelazo	
		1	1		3	3	
	indeksy dietetyczne						
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
	<b>365</b>		<b>8</b>		<b>2</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	źródło błonnika pokarmowego źródło witaminy B2 wysoka zawartość wapnia i żelaza
--	---


**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAba+****Baby Mus Pomarańczowe warzywa KUBUŚ BABY**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
		błonnik	wit. A	wit. C			antyutleniacze
		3	3	1			1
	indeksy dietetyczne						
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
	<b>55</b>		<b>8</b>		<b>15</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy A źródło witaminy C
--	---


**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****CYKORIA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit.A	wit.B9					
	3		2	1					
	błonnik								
	2								
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>23</b>			<b>8</b>			<b>35</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  źródło witaminy C</p>
--

**NPI=8****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****DYNIA (referencyjna)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik		wit.A	wit.B9				
	1	3		3	1				
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>33</b>			<b>8</b>			<b>24</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


<p>źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy A  źródło witaminy B9</p>
--

**NPI=7****SUPER F-FOOD****BORÓWKA CZERNICA** (*Vaccinium myrtillus*)


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
	błonnik 1	wit. C 1	wit. K 1			mangan 3	antyutleniacze 1	<b>57</b>	<b>7</b>	<b>12</b>

przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

 <b>F-Food</b>	<b>SUPER F-Food</b> źródło błonnika źródło witamin C i K wysoka zawartość manganu
--	--

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****MALINA** (referencyjna)

 <b>F-Food</b>	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	błonnik 3				wit.C 2	wit.B9 1		
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>43</b>			<b>7</b>			<b>16</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


źródło białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy C źródło witaminy B9
---

**NPI=7****SUPER F-FOOD****OGÓREK KISZONY referencyjny**


## INDEKSY DIETETYCZNE

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
białko 3	błonnik 3						antyutleniacze 1	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>64</b>

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p><b>SUPER F-Food</b>  źródło białka  wysoka zawartość błonnika pokarmowego  wysoka zawartość witaminy C  źródło witaminy E</p>
---	--

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****MLEKO POLSKIE spożywcze 3,2% MLEKOVITA**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 2			wit. B12 2		potas 1	wapń 1	fosfor 1	
	indekсы dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>60</b>			<b>7</b>			<b>12</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka  wysoka zawartość witaminy B12  źródło potasu, wapnia i fosforu</p>
--

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****JOGURT NATURALNY 2% (referencyjny)**


## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit B2	wit. B12		wapń	fosfor		
	2		1	1		1	2		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>60</b>			<b>7</b>			<b>12</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka źródło witamin B2 i B12 wysoka zawartość fosforu źródło wapnia
--	---

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****Pieczywo chrupkie lekkie pełnoziarniste SONKO**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		błonnik		żelazo	cynk	magnez		
		3		1	1	1		
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>349</b>			<b>6</b>			<b>1.7</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło magnezu, żelaza i cynku
--	---


**NPI=7****SUPER F-FOOD****KAPUSTA KISZONA referencyjna****INDEKSY DIETETYCZNE**

bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								EDI	NPI	NDI
białko 2	błonnik 3	wit. C 1	wit. K 1					<b>18</b>	<b>7</b>	<b>39</b>

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<b>SUPER F-Food</b> wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło witamin C i K
---	---

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****Superfoods MIX Odporność PURELLA SUPERFOODS**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko 1	błonnik 2		wit. B1 3				cynk 1	
indekсы dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>492</b>			<b>7</b>			<b>1.4</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<b>źródło białko</b> wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy B1 źródło cynku
---

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****ORZECHY WŁOSKIE łuskane TARGROCH**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		błonnik		wit. B6			magnez	cynek	
		2		3			1	1	
	indekсы dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>677</b>			<b>7</b>			<b>1.0</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość błonnika pokarmowego  
wysoka zawartość witaminy B6  
źródło magnezu i cynku

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****PIECZYWO CHRUPKIE żytnie CRISPY MELVIT**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik					nienasycone kwasy tłuszczowe	
	1	3					3	
	indekсы dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>457</b>			<b>7</b>			<b>1.5</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

źródło białka  
wysoka zawartość błonnika pokarmowego  
wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****CHLEB Czyste Ziarno z żurawiną BEAK BEAK**

INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik					kwasy tłuszczowe omega-3	
	1	3					3	
	indekсы dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>269</b>			<b>7</b>			<b>2.6</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:




źródło białka  
wysoka zawartość błonnika  
wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****CHLEB Czyste Ziarno z kiełkami żyta BEAK BEAK**

INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						kwasy tłuszczowe omega-3
	1	3						3
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>257</b>		<b>7</b>			<b>2.7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:


	<p>źródło białka</p> <p>wysoka zawartość błonnika</p> <p>wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
---	---

**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****CHLEB Czyste Ziarno BEAK BEAK**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						kwasy tłuszczowe omega-3
	1	3						3
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>262</b>		<b>7</b>			<b>2.7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	<p>źródło białka</p> <p>wysoka zawartość błonnika</p> <p>wysoka zawartość kwasów tłuszczowych omega-3</p>
---	---


**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****SUPERMUSLI PROTEINOWE PURELLA 200 g**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	białko					fosfor	
	2					1	
	błonnik					magnez	
	3					1	
indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>	<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>414</b>	<b>7</b>			<b>1.7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika źródło fosforu i magnezu
--	--


**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAba+****Sok pomidor pikantny TARCZYN**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))						
	białko	błonnik			potas		antyutleniacze
	1	3			2		1
	indeksy dietetyczne						
	<b>EDI</b>	<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>19</b>	<b>7</b>			<b>37</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło białka wysoka zawartość potasu
--	---


**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAa+****Napój LOVEGE Orzech Laskowy SANTE**

	bioskładniki								
		błonnik		wit. D	wit. E			wapń	
		1		1	1			2	
				wit. B6	wit. B12				
			1	1					
indeksy dietetyczne									
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>43</b>			<b>7</b>			<b>16</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło błonnika pokarmowego źródło witamin E, D, B6 i B12 wysoka zawartość wapnia</p>
--


**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAca-****OLIWA z oliwek OLINI****INDEKSY DIETETYCZNE**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		tluszcze nienasycone		tluszcze jednonienasycone	polifenole				
		3		3	1				
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>824</b>			<b>7</b>			<b>0.8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych wysoka zawartość tłuszczów jednonienasyconych</p>
---


**NPI=7****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****PASTA z pistacji NUTURA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik						tluszcze nienasycone	
	1	3						3	
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>586</b>			<b>7</b>			<b>1.2</b>			


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych</p>
---


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa****Mleko pierwotne A2A2 MLEKOVITA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko			wit. B12		potas	wapń	fosfor
	2			1		1	1	1
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>67</b>			<b>6</b>			<b>9</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka źródło witaminy B12 źródło wapnia, potasu i fosforu
---	---

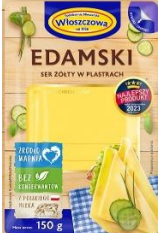
**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAca-****SER WŁOSZCZOWSKI typu szwajcarskiego WŁOSZCZOWA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko					wapń		
	3					3		
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>338</b>			<b>6</b>			<b>1.8</b>		


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość wapnia
---	--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAca-****SER EDAMSKI WŁOSZCZOWA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko					wapń			
	3					3			
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>				
<b>338</b>		<b>6</b>			<b>1.8</b>				


Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość wapnia
---	--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAca-****SER MAZDAMER WŁOSZCZOWA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko					wapń			
	3					3			
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>				
<b>338</b>		<b>6</b>			<b>1.8</b>				

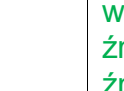
Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość wapnia
---	--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa****SEREK WIEJSKI ze śmietanką (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit B2			wapń	fosfor		
	3		1			1	1		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>				
<b>98</b>		<b>6</b>			<b>6</b>				

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka źródło witaminy B2 źródło wapnia i fosforu
---	--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****KEFIR referencyjny**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko		wit B2			wapń	fosfor		
	2		1			2	1		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>51</b>			<b>6</b>			<b>12</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka źródło witaminy B2 wysoka zawartość wapnia źródło fosforu</p>
--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****OLEJ LNIANY BIO BRZYSKI MANUFAKTURA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
						nienasycone kwasy tłuszczowe	wielonienasycone kwasy tłuszczowe		
						3	3		
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>828</b>			<b>6</b>			<b>0.7</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość nienasyconych kwasów tłuszczowych wysoka zawartość wielonienasyconych kwasów tłuszczowych</p>
---


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****BATON OWOCOWY mango-marakuja PURELLA SUPERFOODS**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
	białko	błonnik				wit.C			
	2	2				2			
	indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>412</b>			<b>6</b>			<b>1.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witaminy C</p>
--


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****ORZECYH pekań BAKALLAND**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	błonnik			wit. B1				
	3			3				
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>711</b>		<b>6</b>			<b>0.8</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika wysoka zawartość witaminy B1
--	---

**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAba+****IMMUNO ODPORNOŚĆ malina dzika róża KUBUŚ**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	błonnik			wit. C		cynk		
	1			3		2		
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>46</b>		<b>6</b>			<b>13</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	źródło błonnika wysoka zawartość witaminy C wysoka zawartość cynku
--	--

**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAba****KONCENTRAT POMIDOROWY 30% ŁOWICZ**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik			potas			
	2	1			3			
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>			
<b>98</b>		<b>6</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka źródło błonnika pokarmowego wysoka zawartość potasu
--	---


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****CZERWONA KAPUSTA kiszona KOWALEWSKI**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik		wit.C				
	2	3		1				
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>24</b>			<b>6</b>			<b>25</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika źródło witaminy C
--	---


**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****KAPUSTA kiszona KOWALEWSKI**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik		wit.C				
	2	3		1				
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>16</b>			<b>6</b>			<b>38</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika źródło witaminy C
--	---

**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa+****RZODKIEWKA (referencyjna)**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko		wit.C					
	2		1					
	błonnik							
3								
indeksy dietetyczne								
<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>18</b>			<b>6</b>			<b>33</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło witaminy C
--	---

**NPI=6****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****OLEJ Z ORZECHÓW MACADAMIA tł. na zimno BATOM**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))										
							kwasy tłuszczowe jednonienasycone	kwasy tłuszczowe nienasycone			
							3	3			
	indekсы dietetyczne										
<b>EDI</b>					<b>NPI</b>					<b>NDI</b>	
<b>900</b>					<b>6</b>					<b>0.7</b>	

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość kwasów tłuszczowych nienasyconych  
wysoka zawartość kwasów tłuszczowych jednonienasyconych

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****Makaron dla diabetyków NOVELLE**


	bioskładniki									
	białko	błonnik					cynk			
	2	2					1			
	indekсы dietetyczne									
<b>EDI</b>					<b>NPI</b>					<b>NDI</b>
<b>173</b>					<b>5</b>					<b>2.9</b>

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość białka  
wysoka zawartość błonnika  
źródło cynku

(ugotowany produkt)


**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****Granola PROTEIN GO ON brownie wiśnia SANTE**

	bioskładniki									
	białko	błonnik								
	2	3								
	indekсы dietetyczne									
<b>EDI</b>					<b>NPI</b>					<b>NDI</b>
<b>396</b>					<b>5</b>					<b>1.3</b>

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

wysoka zawartość białka  
wysoka zawartość błonnika pokarmowego


**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa****HIGH PROTEIN Zupa w stylu meksykańskim HORTEX**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
<b>86</b>				<b>5</b>		<b>6</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego
--	--

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAaa-****Chleb krojony KETO bezglutenowy BALVITEN**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
<b>280</b>				<b>5</b>		<b>1.8</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego
--	--

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAb+****Baby Mus Owoce Dzieciństwa jabłko, śliwka KUBUŚ**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		błonnik		wit.C				
		2		3				
	indeksy dietetyczne							
<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>		
<b>49</b>				<b>5</b>		<b>10</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość witaminy C
--	--


**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAa****ZIEMNIAK (referencyjny)**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
			wit.C 1	wit.K 1			potas 1		
	błonnik 1		wit.B6 1						
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>79</b>			<b>5</b>			<b>6</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>źródło błonnika pokarmowego źródło witamin C, K i B6 źródło potasu</p>
---

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAa-****CIASCZKA barley spelt PIEKARNIA KIEŁTYKA**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))								
		błonnik 3					beta-glukan 1	poliole 1	
	indeksy dietetyczne								
	<b>EDI</b>			<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
	<b>459</b>			<b>5</b>			<b>1.1</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<p>wysoka zawartość błonnika pokarmowego źródło beta-glukanów</p>
---

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAba****MAKARON niski indeks glikemiczny Penne POLMAK**


INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indekсы dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>341</b>		<b>5</b>			<b>1.5</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<b>wysoka zawartość białka</b> <b>wysoka zawartość błonnika</b>
--


**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****BATON PROTEINOWY orzechowy z karmelem 42 g DOBRA KALORIA**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indekсы dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>405</b>		<b>5</b>			<b>1.2</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<b>wysoka zawartość białka</b> <b>wysoka zawartość błonnika pokarmowego</b>
--


**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****KULKI PROTEINOWE krem orzechowy FOODS BY ANN**

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indekсы dietetyczne							
	<b>EDI</b>		<b>NPI</b>			<b>NDI</b>		
<b>434</b>		<b>5</b>			<b>1.2</b>			

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

<b>wysoka zawartość białka</b> <b>wysoka zawartość błonnika pokarmowego</b>
--

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****BAR Protein BE RAW!**


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>	
<b>384</b>				<b>5</b>		<b>1.3</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika pokarmowego
--	--

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAb-****BIO GRANOLA żurawina&cynamon DIET-FOOD**

## INDEKSY DIETETYCZNE


	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
	białko	błonnik						
	2	3						
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>	
<b>399</b>				<b>5</b>		<b>1.3</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość białka wysoka zawartość błonnika
--	--

**NPI=5****SUPER F-FOOD****kategoria AAba-****SMALCZYK z fasoli z jabłkiem WELL WELL**

## INDEKSY DIETETYCZNE

	bioskładniki (nazwa/ liczba dawek referencyjnych(punktów NPI))							
		błonnik					tłuszcze nienasycone	
		2					3	
	indeksy dietetyczne							
	<b>EDI</b>				<b>NPI</b>		<b>NDI</b>	
<b>232</b>				<b>5</b>		<b>2.2</b>		

Przykład oznaczeń na etykiecie produktu:

	wysoka zawartość błonnika pokarmowego wysoka zawartość tłuszczów nienasyconych
--	---