

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
71	Wortel rauw gem	2726	Wortel bospeen rauw	50,0
		2728	Wortel winterpeen rauw	50,0
72	Wortel gekookt gem	2727	Wortel bospeen gekookt	50,0
		2729	Wortel winterpeen gekookt	50,0
75	Groente soep- rauw	63	Ui rauw	100,0
		562	Prei rauw	100,0
		71	Wortel rauw gem	100,0
		558	Selderij knol- rauw	50,0
		128	Peterselie vers	25,0
1235	Selderij blad- vers	25,0		
83	Ei kippen- rauw gem	2769	Ei kippen- scharrel rauw	80,0
		2771	Ei kippen- biologisch rauw	10,0
		2773	Ei kippen- mais rauw	10,0
84	Ei kippen- gekookt gem	2770	Ei kippen- scharrel gekookt	80,0
		2772	Ei kippen- biologisch gekookt	10,0
		2774	Ei kippen- mais gekookt	10,0
114	Vis mager 0-5 g vet gem rauw	820	Kabeljauw rauw	100,0
		2296	Koolvis (Atlantisch) rauw	100,0
		357	Stokvis geweekt	100,0
		2299	Tilapia rauw	100,0
		3318	Koolvis (Alaska) rauw	100,0
		2298	Tong rauw (vis)	100,0
		1098	Inktvis rauw	100,0
		813	Schol rauw	100,0
		3199	Ansjovis rauw	100,0
2297	Tonijn rauw	100,0		
116	Vis vet >5 g vet gem rauw	1587	Zalm kweek- rauw	100,0
		353	Makreel rauw	100,0
		112	Paling rauw	100,0
		113	Haring pan- rauw	50,0
		350	Haring gezouten	50,0
121	Aardappelpuree vers bereid m hv melk m marg	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		286	Melk halfvolle	350,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	20,0
122	Chips gem	2924	Chips paprika ea smaken	50,0
		2923	Chips naturel	50,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
127	Rauwkost gem	2734	Tomaat rauw gem 26,5
		2739	Komkommer m schil rauw 17,6
		27	Komkommer z schil rauw 13,7
		1399	Sla ijsberg- rauw 13,5
		46	Sla krop- rauw 7,2
		71	Wortel rauw gem 6,6
		67	Witlof rauw 3,8
		7	Andijvie rauw 3,5
		2736	Sla rucola rauw 2,1
		884	Paprika rode rauw 1,4
		65	Sla veld- rauw 1,1
		2708	Sla rode rauw 1,0
		2740	Paprika gele rauw 0,7
		124	Radijs rauw 0,7
		31	Paprika groene rauw 0,6
147	Appel z schil gem	2752	Appel Elstar z schil 50,0
		2754	Appel Jonagold z schil 50,0
160	Druiven m schil gem	2750	Druiven witte m schil 50,0
		2749	Druiven blauwe m schil 50,0
172	Fruit vers citrus- gem	171	Sinaasappel 53,9
		165	Mandarijn 42,2
		162	Grapefruit 3,7
		158	Citroen 0,3
173	Fruit vers excl citrus- gem	875	Appel m schil gem 25,8
		151	Banaan 22,9
		147	Appel z schil gem 14,9
		148	Aardbeien 6,1
		160	Druiven m schil gem 5,5
		1056	Kiwi groene 5,0
		168	Peer z schil 3,7
		166	Meloen net- 2,9
		150	Ananas 2,9
		1812	Nectarine 2,5
		2748	Peer m schil 2,2
		692	Mango 1,2
		163	Kersen 1,1
		170	Pruimen m schil 1,0
		169	Perzik zonder schil 0,6
		1105	Meloen water- 0,4
		153	Bessen rode 0,3
		161	Frambozen 0,3

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
173	vervolg/continuation	1106	Meloen suiker-	0,2
		157	Bramen	0,1
		159	Cranberry vers	0,1
		1090	Lychee	0,1
		155	Bessen bos-	0,1
192	Tuttifrutti gedroogd	178	Appeltjes gedroogd	100,0
		190	Pruimen gedroogd	100,0
		187	Peren gedroogd	100,0
		175	Abrikozen gedroogd	100,0
194	Vruchten op siroop gem blik/glas	177	Ananas op siroop blik/glas	32,6
		188	Peren op siroop blik/glas	25,9
		183	Fruitcocktail op siroop blik/glas	20,5
		189	Perziken op siroop blik/glas	12,1
		184	Kersen op siroop blik/glas	4,9
		186	Mandarijnen op siroop blik/glas	1,6
		174	Aardbeien op siroop blik/glas	1,2
		1116	Meloen op siroop blik/glas	0,4
		176	Abrikozen op siroop blik/glas	0,4
		182	Frambozen op siroop blik/glas	0,3
180	Bessen bos- op siroop blik/glas	0,2		
205	Studentenhaver	33	Rozijnen gedroogd	50,0
		203	Noten para- ongezouten	20,0
		200	Noten hazel- ongezouten	15,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezouter	10,0
		206	Noten wal- ongezouten	5,0
207	Noten gemengd ongezouten	204	Pinda's ongezouten	48,2
		199	Noten cashew- ongezouten	24,5
		206	Noten wal- ongezouten	11,6
		198	Noten amandelen z vliesje ongezouter	4,2
		200	Noten hazel- ongezouten	4,1
		2844	Noten macadamia- ongezouten	2,9
		1895	Noten pecan- ongebrand ongezouten	2,4
203	Noten para- ongezouten	2,2		
223	Bindmiddel gem	220	Bloem tarwe- patent	81,6
		215	Maizena	17,5
		226	Meel aardappel-	1,0
229	Knackebrod gem	1779	Knackebrod volkoren	54,5
		975	Knackebrod sesam	31,3
		976	Knackebrod lichtgewicht	6,1

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
229	vervolg/continuation	1253	Knackebrod vezelrijk	5,4
		596	Knackebrod goudbruin	2,7
246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	2811	Brood volkoren- fijn	100,0
		2782	Brood volkoren- grof	100,0
250	Broodje amandel- (v bladerdeeg)	790	Amandelspijs m ei	200,0
		220	Bloem tarwe- patent	100,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	75,0
		1885	Water gem	52,5
		377	Suiker kristal-	30,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		286	Melk halfvolle	15,0
841	Zout met toegevoegd jodium	1,5		
251	Taart appel- van zandtaartdeeg z roomboter	147	Appel z schil gem	600,0
		220	Bloem tarwe- patent	160,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	120,0
		375	Suiker basterd- witte	120,0
		33	Rozijnen gedroogd	75,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		286	Melk halfvolle	15,0
		215	Maizena	7,0
841	Zout met toegevoegd jodium	1,5		
253	Cake z roomboter	377	Suiker kristal-	150,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	150,0
		220	Bloem tarwe- patent	150,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	150,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	2,0
254	Koek eier-	220	Bloem tarwe- patent	190,0
		377	Suiker kristal-	185,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	55,0
		1885	Water gem	50,0
		215	Maizena	10,0
		295	Melkpoeder magere	10,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,4
256	Taart creme au beurre-	1472	Creme au beurre	395,0
		2272	Taartbodem van biscuitdeeg	321,0
257	Koek gevulde gem	2762	Koek gevulde z roomboter	50,0
		2761	Koek gevulde m roomboter	50,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
258	Koekje gem	261	Speculaas gem 20,2
		263	Biscuit tarwe-/volkoren- 13,6
		2405	Koekje chocolate chip cookie 10,8
		252	Biscuit 9,5
		262	Sprits m roomboter 5,9
		1471	Biscuit met chocolade 5,9
		2227	Biscuit fourre 5,4
		480	Biscuit fourre omhuld met chocolade 4,8
		633	Bokkenpootje 3,2
		836	Koekje zand- 3,1
		481	Koek Bastogne 3,0
		259	Kokosmakronen 2,6
		635	Koekje krakeling 2,3
		634	Koek kokos- 2,2
		2162	Cafe noir 1,5
		2699	Frou frou 1,4
		2228	Koekje Scholliertje 1,3
		260	Lange vingers 1,2
		2696	Koekje bitter- 0,8
		2412	Kletskep 0,7
2775	Biscuit tarwe-/digestive- m chocolade 0,5		
1480	Koekje PiM's sinaasappel 0,2		
261	Speculaas gem	2764	Speculaas z roomboter 50,0
		2763	Speculaas m roomboter 50,0
262	Sprits m roomboter	220	Bloem tarwe- patent 200,0
		310	Boter ongezoeten 170,0
		375	Suiker basterd- witte 100,0
		85	Eidooier kippen- rauw 10,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 2,0
266	Broodje saucijzen-	1434	Gehakt hoh rauw 64,0
		265	Bladerdeeg z roomboter, bereid 36,0
284	Yoghurt magere m vruchten	301	Yoghurt magere 85,0
		377	Suiker kristal- 9,0
		1242	Vruchten op eigen sap blik/glas 6,0
288	Pap havermout- bereid m volle melk ongezoet	279	Melk volle 1000,0
		213	Mout haver- 80,0
290	Pap karnemelkse bloem-	289	Melk karne- 1000,0
		220	Bloem tarwe- patent 60,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
324	Worst rook- gekookt gem	2766	Worst rook- varkens gekookt 70,0
		2767	Worst rook- varkens ambachtelijke sla 30,0
344	Vleeswaren gem	785	Ham schouder- 13,0
		784	Ham achter- 10,0
		810	Filet americain 8,0
		638	Worst cervelaat- 8,0
		2654	Kipfilet (vleeswaar) 5,3
		1152	Worst salami 5,1
		567	Worst boterham- 5,1
		566	Worst knak- blik/glas 4,0
		1162	Worst gekookte 3,4
		1239	Worst smeerlever- 3,2
		640	Worst lever- 2,9
		1155	Gehakt gebraden (vleeswaar) 2,7
		328	Ham rauwe 2,4
		642	Pate room- 2,4
		1545	Runderrosbief bereid 2,1
		1776	Ham achter- gegrild 2,0
		639	Spek ontbijt- 1,9
		340	Runderrookvlees 1,8
		2997	Worst grill- 1,7
		335	Pastei lever- 1,5
		319	Cornedbeef 1,3
		1771	Leverkaas/Berliner leverworst 1,3
		1777	Ham been- 1,1
		2768	Worst ossen- 1,1
		783	Worst paling- 0,7
		643	Casselerrub gerookt/gekookt 0,7
		336	Luncheon meat blik 0,7
		641	Bacon 0,6
		3001	Kalkoenfilet (vleeswaar) 0,6
		3002	Spek katen- 0,6
		1773	Zult zure 0,6
		1772	Varkensfricandeau gebraden (vleeswa 0,5
		334	Lever varkens- gekookt (vleeswaar) 0,5
		2996	Worst Chorizo 0,4
		2304	Worst cervelaat- magere 0,4
		3003	Worst knak- runder blik/glas 0,4
		568	Worst bloed- 0,3
		1774	Worst tongen- 0,3
		338	Pekelvlees 0,3
		2836	Worst grill- met kaas 0,3
		2302	Worst knak- magere blik/glas 0,2
		1572	Kalfsfricandeau bereid 0,1

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
344	vervolg/continuation	1238	Worst lever- hausmacher	0,1
		782	Worst thee-	0,1
		333	Lever runder- gekookt (vleeswaar)	0,1
		2303	Worst gekookte magere	0,1
382	Advocaat	391	Brandewijn	700,0
		83	Ei kippen- rauw gem	600,0
		377	Suiker kristal-	400,0
434	Boter chocolade-	377	Suiker kristal-	46,0
		317	Olie zonnebloem-	16,0
		3451	Olie palm-	14,0
		1885	Water gem	8,0
		226	Meel aardappel-	7,0
		430	Cacaopoeder	7,0
455	Pindakaas	204	Pinda's ongezoeten	85,0
		308	Olie arachide-	15,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,6
464	Broodbeleg zoet gem	445	Jam	27,1
		436	Pasta chocolade- hazelnoot	13,4
		1963	Hagelslag chocolade- puur	10,6
		427	Stroop appel-	10,5
		1962	Hagelslag chocolade- melk	6,8
		2657	Pasta duo- m chocolade	6,1
		442	Hagelslag vruchten-	5,8
		443	Honing	4,4
		2656	Hagelslag chocolade- mix wit en puur	3,8
		433	Vlokken chocolade- melk	2,6
		444	Pasta chocolade- puur	2,6
		374	Suiker basterd- bruine	2,0
		435	Vlokken chocolade- puur	1,1
		2489	Pasta speculoos-	0,7
		449	Kokosbrood	0,6
		457	Jam rozenbottel- m vit C	0,5
		381	Stroop suiker-	0,5
		2930	Pasta chocolade- wit	0,4
2424	Hagelslag chocolade- wit	0,3		
375	Suiker basterd- witte	0,2		
467	Pannenkoek bereid m marg	286	Melk halfvolle	450,0
		1020	Meel bak- zelfrijzend	250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	40,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
468	Tompouce	279	Melk volle 500,0
		220	Bloem tarwe- patent 250,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 200,0
		1885	Water gem 100,0
		377	Suiker kristal- 50,0
		86	Eidooier kippen- gekookt 45,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 4,0
469	Babi pangang zonder rijst	1803	Saus oosterse kant-en-klaar glas/zak 50,1
		1430	Varkensschouderlappen rauw 45,6
		5041	Olie plantaardig gem 4,3
470	Bami goreng zonder ei	659	Pasta witte gem gekookt 750,0
		3024	Varkenspoelet rauw 250,0
		64	Ui gekookt 225,0
		37	Prei gekookt 105,0
		785	Ham schouder- 100,0
		951	Bonen sperzie- gekookt 84,0
		59	Tauge gekookt 80,0
		70	Kool witte gekookt 79,0
		22	Kool Chinese gekookt 60,0
		313	Olie soja- 45,0
		1215	Ketjap zoet 28,0
		1235	Selderij blad- vers 20,0
		1127	Sap citroen- vers 6,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium 3,0		
472	Tjap tjoi zonder rijst	1885	Water gem 26,2
		72	Wortel gekookt gem 14,1
		28	Komkommer gekookt 14,1
		37	Prei gekookt 11,4
		20	Champignon gekookt 7,2
		1418	Varkensfiletlappen rauw 6,6
		1634	Kipfilet rauw 6,6
		59	Tauge gekookt 4,0
		2743	Paprika gekookt gem 3,9
		5041	Olie plantaardig gem 2,9
		1213	Ketjap zout 2,1
		226	Meel aardappel- 0,6
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,3
473	Foe yong hai zonder rijst	1524	Saus tomaten- kant-en-klaar glas 54,9
		84	Ei kippen- gekookt gem 29,4
		2729	Wortel winterpeen gekookt 3,9

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
473	vervolg/continuation	64	Ui gekookt	2,0
		37	Prei gekookt	2,0
		1187	Bamboespruiten blik/glas	1,9
		953	Doperwten diepvries gekookt	1,9
		20	Champignon gekookt	1,9
		5041	Olie plantaardig gem	1,8
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,3
474	Oliebol gevuld met krenten en rozijnen	220	Bloem tarwe- patent	250,0
		286	Melk halfvolle	250,0
		317	Olie zonnebloem-	52,0
		185	Krenten gedroogd	50,0
		33	Rozijnen gedroogd	50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		950	Gist vers	13,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	5,0
486	Vlaai vruchten-	1917	Vlaaibodem Limburgse	292,0
		170	Pruimen m schil	150,0
		149	Abrikozen m schil	150,0
		147	Appel z schil gem	150,0
		163	Kersen	150,0
		375	Suiker basterd- witte	62,0
489	Vlaai rijste-	286	Melk halfvolle	400,0
		1917	Vlaaibodem Limburgse	292,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		5	Rijst witte rauw	50,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	30,0
		377	Suiker kristal-	30,0
513	Kaas Goudse 48+ gem	2757	Kaas Goudse 48+ jong belegen	37,0
		2758	Kaas Goudse 48+ belegen	25,0
		2756	Kaas Goudse 48+ jong	24,0
		2759	Kaas Goudse 48+ oud	10,0
570	Candybar Nuts	487	Candybar Mars	89,0
		200	Noten hazel- ongezoeten	11,0
605	Krentjebrij Bessola	1885	Water gem	500,0
		388	Sap rode bessen-	200,0
		377	Suiker kristal-	90,0
		33	Rozijnen gedroogd	60,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
605	vervolg/continuation	185	Krenten gedroogd	60,0
		212	Gort parel- rauw	40,0
616	Saus sate- kant-en-klaar bereid	455	Pindakaas	50,0
		1885	Water gem	40,0
		377	Suiker kristal-	10,0
		429	Bouillonblokje	2,0
620	Fritessticks gem	2927	Fritessticks naturel	50,0
		2928	Fritessticks paprika	50,0
634	Koek kokos-	262	Sprits m roomboter	90,0
		202	Kokosnootvles	10,0
635	Koekje krakeling	220	Bloem tarwe- patent	44,0
		310	Boter ongezoeten	30,0
		377	Suiker kristal-	25,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
651	Spinazie a la creme diepvries gekookt	52	Spinazie gekookt	93,0
		299	Room slag- onbereid	6,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	1,0
659	Pasta witte gem gekookt	2779	Pasta witte z ei gekookt	80,0
		2780	Pasta witte m ei gekookt	10,0
		2781	Pasta witte vers gekookt	10,0
697	Bojo cassavetaart Surinaams	2109	Cassave gekookt	1764,0
		202	Kokosnootvles	500,0
		377	Suiker kristal-	400,0
		1885	Water gem	200,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	200,0
		286	Melk halfvolle	200,0
		33	Rozijnen gedroogd	150,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	50,0
		185	Krenten gedroogd	50,0
310	Boter ongezoeten	50,0		
713	Wafel stroop- gem	2820	Wafel stroop- m roomboter	50,0
		2810	Wafel stroop- z roomboter	50,0
717	Chocolade melk- m hazelnoten	431	Chocolade melk-	83,0
		200	Noten hazel- ongezoeten	17,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
727	Bonbon m likeur	432	Chocolade puur 49,0
		377	Suiker kristal- 20,0
		184	Kersen op siroop blik/glas 18,0
		403	Likeur 15-25 vol% alc 13,0
747	Mineraalwater met en zonder koolzuur	406	Mineraalwater Perrier 100,0
		1968	Mineraalwater Sourcy 100,0
		1131	Mineraalwater Chaudfontaine 100,0
		420	Mineraalwater Vittel 100,0
		2074	Mineraalwater Bar le Duc 100,0
		398	Mineraalwater Evian 100,0
749	Vlaaivulling blik	1885	Water gem 27,0
		148	Aardbeien 15,0
		163	Kersen 15,0
		147	Appel z schil gem 15,0
		377	Suiker kristal- 14,0
		215	Maizena 5,0
		154	Bessen zwarte 3,0
757	Soep heldere m soepgroente en vermicelli	1885	Water gem 1000,0
		37	Prei gekookt 95,0
		72	Wortel gekookt gem 52,0
		15	Kool bloem- gekookt 44,0
		951	Bonen sperzie- gekookt 36,0
		82	Vermicelli rauw 30,0
		885	Paprika rode gekookt 25,0
		32	Paprika groene gekookt 25,0
		429	Bouillonblokje 20,0
		128	Peterselie vers 14,0
758	Soep heldere m vlees (rund/kip)	1885	Water gem 1000,0
		1408	Runderpoelet rauw 200,0
		1306	Kip soep- m vel rauw 100,0
		429	Bouillonblokje 20,0
759	Soep heldere m soepgroente	1885	Water gem 1000,0
		37	Prei gekookt 95,0
		72	Wortel gekookt gem 52,0
		15	Kool bloem- gekookt 44,0
		951	Bonen sperzie- gekookt 36,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
759	vervolg/continuation	32	Paprika groene gekookt	25,0
		885	Paprika rode gekookt	25,0
		429	Bouillonblokje	20,0
		128	Peterselie vers	14,0
		1235	Selderij blad- vers	14,0
760	Soep heldere m vlees (rund/kip) en vermicelli	1885	Water gem	1000,0
		1408	Runderpoelet rauw	200,0
		1306	Kip soep- m vel rauw	100,0
		82	Vermicelli rauw	30,0
		429	Bouillonblokje	20,0
761	Soep heldere m vlees (rund/kip) en soepgroente	1885	Water gem	1000,0
		1408	Runderpoelet rauw	200,0
		1306	Kip soep- m vel rauw	100,0
		37	Prei gekookt	95,0
		72	Wortel gekookt gem	52,0
		61	Tomaat gewoon gekookt	50,0
		15	Kool bloem- gekookt	44,0
		951	Bonen sperzie- gekookt	36,0
		885	Paprika rode gekookt	25,0
		32	Paprika groene gekookt	25,0
		429	Bouillonblokje	20,0
		128	Peterselie vers	14,0
1235	Selderij blad- vers	14,0		
762	Soep heldere m vlees (rund/kip), soepgroente en vermicelli	1885	Water gem	1000,0
		1408	Runderpoelet rauw	200,0
		1306	Kip soep- m vel rauw	100,0
		37	Prei gekookt	95,0
		72	Wortel gekookt gem	52,0
		15	Kool bloem- gekookt	44,0
		951	Bonen sperzie- gekookt	36,0
		82	Vermicelli rauw	30,0
		885	Paprika rode gekookt	25,0
		32	Paprika groene gekookt	25,0
		429	Bouillonblokje	20,0
		1235	Selderij blad- vers	14,0
128	Peterselie vers	14,0		
763	Soep gebonden m soepgroente	759	Soep heldere m soepgroente	1325,0
		220	Bloem tarwe- patent	35,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	35,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
764	Soep gebonden m vlees (rund/kip)	758	Soep heldere m vlees (rund/kip) 1320,0
		220	Bloem tarwe- patent 35,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 35,0
765	Soep maaltijd- m peulvruchten z vlees	1885	Water gem 1130,0
		972	Erwten groene gekookt 500,0
		5168	Bonen bruine gekookt 260,0
		5175	Bonen witte gekookt 260,0
		37	Prei gekookt 182,0
		64	Ui gekookt 97,0
		26	Selderij knol- gekookt 82,0
		1235	Selderij blad- vers 50,0
		429	Bouillonblokje 35,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 15,0
766	Soep maaltijd- m peulvruchten en vlees	1885	Water gem 1130,0
		972	Erwten groene gekookt 500,0
		5168	Bonen bruine gekookt 260,0
		5175	Bonen witte gekookt 260,0
		1427	Varkenskrabbetjes rauw 250,0
		37	Prei gekookt 182,0
		64	Ui gekookt 97,0
		26	Selderij knol- gekookt 82,0
		639	Spek ontbijt- 65,0
		1235	Selderij blad- vers 50,0
		429	Bouillonblokje 35,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 15,0
767	Mousse chocolade- huishoudelijk bereid	84	Ei kippen- gekookt gem 150,0
		432	Chocolade puur 100,0
		377	Suiker kristal- 30,0
786	Pudding chipolata-	299	Room slag- onbereid 300,0
		286	Melk halfvolle 300,0
		377	Suiker kristal- 115,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 100,0
		440	Gember op siroop blik/glas 55,0
		403	Likeur 15-25 vol% alc 45,0
		260	Lange vingers 40,0
		33	Rozijnen gedroogd 20,0
		439	Gelatine 10,0
787	Ragout met vlees	1885	Water gem 300,0
		1634	Kipfilet rauw 100,0
		3019	Kalfslappen mager rauw 100,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
787	vervolg/continuation	220	Bloem tarwe- patent	30,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	30,0
		286	Melk halfvolle	24,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	3,0
788	Goulash	1408	Runderpoelet rauw	400,0
		1885	Water gem	300,0
		1668	Varkensvlees 5-14 g vet rauw gem	200,0
		885	Paprika rode gekookt	109,0
		64	Ui gekookt	101,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	60,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	50,0
		812	Room zure	33,0
		278	Yoghurt volle	32,0
		462	Ketchup tomaten-	25,0
		639	Spek ontbijt-	25,0
		1229	Paprikapoeder	10,0
		429	Bouillonblokje	5,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	4,0		
789	Koek boter-	220	Bloem tarwe- patent	140,0
		310	Boter ongezoeten	125,0
		375	Suiker basterd- witte	100,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		286	Melk halfvolle	12,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	1,5
790	Amandelspijs m ei	377	Suiker kristal-	100,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter	100,0
		83	Ei kippen- rauw gem	25,0
		1127	Sap citroen- vers	15,0
791	Soep heldere m vermicelli	1885	Water gem	1000,0
		82	Vermicelli rauw	30,0
		429	Bouillonblokje	20,0
792	Soep gebonden m vlees (rund/kip) en soepgroente	761	Soep heldere m vlees (rund/kip) en so	1625,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	35,0
		220	Bloem tarwe- patent	35,0
796	Worst incl leverproducten gem	638	Worst cervelaat-	23,6
		1152	Worst salami	15,1
		567	Worst boterham-	15,0
		1162	Worst gekookte	9,9
		1239	Worst smeerlever-	9,5

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
796	vervolg/continuation	640	Worst lever-	8,6
		2997	Worst grill-	5,1
		2768	Worst ossen-	3,2
		336	Luncheon meat blik	2,0
		783	Worst paling-	1,9
		2304	Worst cervelaat- magere	1,2
		2996	Worst Chorizo	1,1
		1774	Worst tongen-	1,0
		568	Worst bloed-	1,0
		2836	Worst grill- met kaas	0,8
		782	Worst thee-	0,4
		1238	Worst lever- hausmacher	0,3
		2303	Worst gekookte magere	0,2
		2306	Worst boterham- magere	0,1
810	Filet americain	458	Saus sla- 25% olie	20,0
		1415	Rundertartaar rauw	17,0
		1408	Runderpoelet rauw	17,0
		1400	Runderbiefstuk rauw	16,0
		1404	Runderbaklappen rauw	14,0
		1409	Runderrollade rauw	14,0
		1411	Runderschenkel rauw	1,0
		1401	Runderbiefstuk van de haas rauw	1,0
		1410	Runderrosbief rauw	1,0
814	Vissticks gebakken in zonnebloemolie	815	Vissticks onbereid	100,0
		317	Olie zonnebloem-	6,0
815	Vissticks onbereid	114	Vis mager 0-5 g vet gem rauw	83,0
		1013	Paneermeel	17,0
		5041	Olie plantaardig gem	6,0
822	Bokking bak- gebakken	1605	Bokking gestoomd	150,0
		5041	Olie plantaardig gem	13,0
		220	Bloem tarwe- patent	5,0
833	Appelcarre	147	Appel z schil gem	200,0
		220	Bloem tarwe- patent	120,0
		445	Jam	100,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	90,0
		1885	Water gem	50,0
		377	Suiker kristal-	35,0
		33	Rozijnen gedroogd	25,0
215	Maizena	7,0		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
833	vervolg/continuation	826	Kaneel 2,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 1,5
836	Koekje zand-	220	Bloem tarwe- patent 200,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 150,0
		375	Suiker basterd- witte 100,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 2,0
850	Groente zoetzuur atjar tjampoer glas	70	Kool witte gekookt 43,0
		1885	Water gem 43,0
		2615	Azijn 3,0
		72	Wortel gekookt gem 3,0
		377	Suiker kristal- 3,0
		64	Ui gekookt 2,0
		2743	Paprika gekookt gem 2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0
852	Salade selderij- lunch/ borrel	26	Selderij knol- gekookt 61,0
		308	Olie arachide- 13,0
		1885	Water gem 7,5
		377	Suiker kristal- 6,0
		278	Yoghurt volle 4,0
		317	Olie zonnebloem- 3,5
		2615	Azijn 3,0
		85	Eidooier kippen- rauw 1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,7
		824	Mosterd 0,5
853	Gado gado zonder rijst en zonder ei	1913	Saus sate- huishoudelijk bereid m wat 250,0
		59	Tauge gekookt 200,0
		28	Komkommer gekookt 90,0
		961	Bonen snij- gekookt 86,0
		964	Peultjes gekookt 82,0
		25	Kool groene gekookt 64,0
		22	Kool Chinese gekookt 60,0
854	Taart vruchten- van biscuitdeeg m slagroom	299	Room slag- onbereid 500,0
		2272	Taartbodem van biscuitdeeg 321,0
		177	Ananas op siroop blik/glas 164,0
		176	Abrikozen op siroop blik/glas 157,0
		184	Kersen op siroop blik/glas 133,0
		1056	Kiwi groene 75,0
		377	Suiker kristal- 75,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezouter 40,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
854	vervolg/continuation	2507	Sap multivruchten-	24,0
		1885	Water gem	24,0
855	Speculaas gevulde	790	Amandelspijs m ei	200,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	100,0
		1020	Meel bak- zelfrijzend	75,0
		374	Suiker basterd- bruine	75,0
		220	Bloem tarwe- patent	75,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		286	Melk halfvolle	15,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezouter	10,0
841	Zout met toegevoegd jodium	1,5		
862	Milkshake m vers fruit	286	Melk halfvolle	400,0
		148	Aardbeien	75,0
		151	Banaan	75,0
		375	Suiker basterd- witte	65,0
		303	IJs room/vanille-	65,0
		1127	Sap citroen- vers	15,0
863	Yoghurt volle m vruchten	278	Yoghurt volle	80,0
		1242	Vruchten op eigen sap blik/glas	10,0
		377	Suiker kristal-	10,0
875	Appel m schil gem	2753	Appel Jonagold m schil	50,0
		2751	Appel Elstar m schil	50,0
881	Kaas 48+ minder zout gem	3172	Kaas 48+ minder zout jong belegen	43,0
		3173	Kaas 48+ minder zout belegen	29,0
		3171	Kaas 48+ minder zout jong	28,0
917	Kwark vruchten-/vanille- halfvolle	306	Kwark halfvolle	80,0
		173	Fruit vers excl citrus- gem	10,0
		377	Suiker kristal-	10,0
931	Kwark vruchten- magere	305	Kwark magere	81,0
		539	Dessertsaus vruchten-	19,0
969	Kapucijners gekookt	1885	Water gem	450,0
		119	Kapucijners gedroogd	300,0
970	Linzen groene en bruine gekookt	1885	Water gem	450,0
		120	Linzen groene en bruine gedroogd	300,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
971	Bonen soja- gekookt	839	Bonen soja- gedroogd	450,0
		1885	Water gem	300,0
972	Erwten groene gekookt	1885	Water gem	450,0
		118	Erwten groene gedroogd	300,0
982	Aardappelen z schil gekookt gem	2922	Aardappelen vastkokend z schil gekoo	50,0
		2747	Aardappelen kruimig z schil gekookt g	50,0
1017	Brood tarwerogge- volkoren	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	50,0
		243	Brood rogge- licht	50,0
1108	Kaas Rambol	515	Kaas smeer- volvet 48+	93,0
		206	Noten wal- ongezouten	7,0
1150	Aardappelschijfjes/-partjes ed diepvries onbereid	1	Aardappelen rauw	95,9
		317	Olie zonnebloem-	3,1
1151	Vleeswaren >30 g vet gem	638	Worst cervelaat-	41,3
		1152	Worst salami	26,5
		1162	Worst gekookte	17,4
		642	Pate room-	12,4
		568	Worst bloed-	1,7
		782	Worst thee-	0,7
1171	Vleeswaren 20-30 g vet gem	567	Worst boterham-	21,5
		1239	Worst smeerlever-	13,7
		640	Worst lever-	12,4
		1155	Gehakt gebraden (vleeswaar)	11,6
		639	Spek ontbijt-	7,9
		2997	Worst grill-	7,3
		335	Pastei lever-	6,4
		1771	Leverkaas/Berliner leverworst	5,5
		336	Luncheon meat blik	2,8
		783	Worst paling-	2,8
		3002	Spek katen-	2,5
		1773	Zult zure	2,4
		2996	Worst Chorizo	1,6
		2836	Worst grill- met kaas	1,2
		1238	Worst lever- hausmacher	0,4
1172	Vleeswaren 10-20 g vet gem	566	Worst knak- blik/glas	52,0
		319	Cornedbeef	16,7
		641	Bacon	7,6
		2304	Worst cervelaat- magere	5,5

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1172	vervolg/continuation	3003	Worst knak- runder blik/glas	5,3
		338	Pekelvlees	4,5
		1774	Worst tongen-	4,4
		2381	Pate smeer- magere	2,9
		2303	Worst gekookte magere	0,7
		2306	Worst boterham- magere	0,4
1182	Appelmoes z suiker blik/glas	147	Appel z schil gem	810,0
		1885	Water gem	100,0
1211	Vleeswaren <10 g vet gem	785	Ham schouder-	26,2
		784	Ham achter-	20,3
		810	Filet americain	16,1
		2654	Kipfilet (vleeswaar)	10,7
		328	Ham rauwe	4,8
		1545	Runderrosbief bereid	4,2
		1776	Ham achter- gegrild	4,1
		340	Runderrookvlees	3,7
		1777	Ham been-	2,3
		2768	Worst ossen-	2,2
		643	Casselerrib gerookt/gekookt	1,5
		3001	Kalkoenfilet (vleeswaar)	1,2
		1772	Varkensfricandeau gebraden (vleeswa	1,0
		334	Lever varkens- gekookt (vleeswaar)	1,0
		2302	Worst knak- magere blik/glas	0,5
		333	Lever runder- gekookt (vleeswaar)	0,2
		1572	Kalbsfricandeau bereid	0,1
		1256	Marsepein	377
198	Noten amandelen z vliesje ongezouter			150,0
358	Eiwit kippenei rauw			35,0
1311	Hagelslag chocolade- gem	1963	Hagelslag chocolade- puur	49,3
		1962	Hagelslag chocolade- melk	31,4
		2656	Hagelslag chocolade- mix wit en puur	17,8
		2424	Hagelslag chocolade- wit	1,5
1382	Kaas 30+ gem	3163	Kaas 30+ jong belegen	37,0
		3164	Kaas 30+ belegen	25,0
		3155	Kaas 30+ jong	24,0
		3165	Kaas 30+ oud	10,0
1389	Drop gem	522	Drop zoete	70,3
		520	Drop zoute	28,6
		521	Drop dubbelzoute	1,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1390	Gehaktbal runder- m ei gebakken	1540	Gehakt runder- rul gebakken 360,0
		236	Brood tarwe- 50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 25,0
1395	Brood rogge- gem	242	Brood rogge- donker 89,1
		243	Brood rogge- licht 10,9
1434	Gehakt hoh rauw	1405	Gehakt runder- rauw 50,0
		1421	Gehakt varkens- rauw 50,0
1437	Vink kalfs- rauw	3017	Gehakt kalfs- rauw 50,0
		1438	Kalfsfricandea rauw 50,0
1455	Aardappelpureepoeder gem	2499	Aardappelpureepoeder m melkpoeder 50,0
		2493	Aardappelpureepoeder z melkpoeder 50,0
1456	Frites voorgebakken diepvries onbereid	1	Aardappelen rauw 95,9
		317	Olie zonnebloem- 3,1
1457	Aardappelen gebakken	982	Aardappelen z schil gekookt gem 1000,0
		2557	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz on 60,0
1459	Brood krenten- volkoren	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof 80,0
		185	Krenten gedroogd 20,0
1460	Koek ontbijt- gember	240	Koek ontbijt- 85,0
		440	Gember op siroop blik/glas 14,0
		5041	Olie plantaardig gem 1,0
1464	Melk chocolade- halfvolle	273	Melk chocolade- magere 50,0
		272	Melk chocolade- volle 50,0
1469	Room banketbakkers-	279	Melk volle 250,0
		377	Suiker kristal- 45,0
		86	Eidooier kippen- gekookt 15,0
		220	Bloem tarwe- patent 15,0
		210	Custardpoeder 12,0
1470	Berliner bol	220	Bloem tarwe- patent 250,0
		1469	Room banketbakkers- 135,0
		445	Jam 100,0
		286	Melk halfvolle 100,0
		377	Suiker kristal- 50,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 40,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1370	vervolg/continuation	86	Eidooier kippen- gekookt	30,0
		317	Olie zonnebloem-	25,0
		950	Gist vers	16,0
		375	Suiker basterd- witte	15,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	4,0
1471	Biscuit met chocolade	252	Biscuit	61,8
		431	Chocolade melk-	25,1
		432	Chocolade puur	13,2
1472	Creme au beurre	310	Boter ongezoeten	55,0
		5089	Suiker poeder-	40,0
		279	Melk volle	5,0
1474	Ijs water-	1885	Water gem	67,0
		1463	Vruchtendrank 2 of meer vruchten	33,0
1475	Soes slagroom-	1915	Soes ongevuld	311,0
		1916	Room slag- geklopt m suiker	290,0
1476	Taart schuim- m creme au beurre	377	Suiker kristal-	515,1
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter	140,0
		358	Eiwit kippenei rauw	140,0
		310	Boter ongezoeten	75,1
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	75,1
		286	Melk halfvolle	56,3
		1885	Water gem	50,0
		220	Bloem tarwe- patent	20,0
1478	Vlaai kruimel- m vruchten	1917	Vlaaibodem Limburgse	292,0
		163	Kersen	150,0
		170	Pruimen m schil	150,0
		149	Abrikozen m schil	150,0
		147	Appel z schil gem	150,0
		220	Bloem tarwe- patent	100,0
		375	Suiker basterd- witte	63,0
		377	Suiker kristal-	53,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		1479	Taart Mon Chou-	299
263	Biscuit tarwe-/volkoren-			200,0
375	Suiker basterd- witte			120,0
163	Kersen			112,0
719	Kaas room- zachte Mon Chou			100,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1479	vervolg/continuation	377	Suiker kristal-	95,0
		1885	Water gem	77,0
		310	Boter ongezoeten	63,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	62,0
		148	Aardbeien	47,0
		149	Abrikozen m schil	47,0
		215	Maizena	22,0
		157	Bramen	13,0
		153	Bessen rode	13,0
1480	Koekje PiM's sinaasappel	445	Jam	44,0
		432	Chocolade puur	18,0
		220	Bloem tarwe- patent	9,3
		377	Suiker kristal-	9,3
		84	Ei kippen- gekookt gem	9,3
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	9,3
1483	Stamppot boerenkool zonder vlees	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		16	Kool boeren- gekookt	400,0
		1885	Water gem	100,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	40,0
1485	Stamppot wortel/ui zonder vlees bereid	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		2729	Wortel winterpeen gekookt	648,0
		64	Ui gekookt	308,0
		1885	Water gem	300,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	40,0
1486	Stamppot zuurkool zonder vlees bereid	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		74	Kool zuur- gekookt	500,0
		286	Melk halfvolle	150,0
		1885	Water gem	150,0
1488	Kaassouffle diepvries onbereid	286	Melk halfvolle	74,0
		220	Bloem tarwe- patent	22,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	8,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	4,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,3
1491	Lasagne bolognese koelverse maaltijd	1421	Gehakt varkens- rauw	25,0
		61	Tomaat gewoon gekookt	15,9
		2418	Saus warm vloeibaar kant-en-klaar <1:	14,0
		1885	Water gem	14,0
		1254	Lasagne	9,3

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1491	vervolg/continuation	223	Bindmiddel gem	8,4
		2757	Kaas Goudse 48+ jong belegen	4,7
		64	Ui gekookt	4,6
		2729	Wortel winterpeen gekookt	1,9
		5041	Olie plantaardig gem	1,9
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,3
1492	Jus gem ongebonden bereid z juspoeder	2588	Jus 25% vet ongebonden bereid z jusp	100,0
		2462	Jus 5% vet ongebonden bereid z juspo	100,0
		2459	Jus 50% vet ongebonden bereid z jusp	100,0
		2460	Jus 75% vet ongebonden bereid z jusp	100,0
1493	Taart hartige van brooddeeg met groente/kaas/ei	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige	360,0
		1904	Groenten gekookt gem	300,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	200,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	150,0
		286	Melk halfvolle	100,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	6,0
1496	Salade vis- lunch/borrel	308	Olie arachide-	75,0
		1590	Tonijn in water blik	43,0
		351	Krab in water blik	40,0
		1885	Water gem	40,0
		85	Eidooier kippen- rauw	35,0
		602	Zalm blik	33,0
		1631	Garnalen in water blik	30,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	24,0
		824	Mosterd	20,0
		377	Suiker kristal-	18,0
		317	Olie zonnebloem-	15,0
		215	Maizena	12,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	3,0		
1497	Salade ham-prei- lunch/borrel	37	Prei gekookt	35,0
		451	Mayonaise	30,0
		1885	Water gem	20,0
		784	Ham achter-	12,0
		377	Suiker kristal-	5,0
1498	Salade kip-kerrie- lunch/borrel	1885	Water gem	37,0
		451	Mayonaise	30,0
		108	Kip m vel rauw	25,0
		377	Suiker kristal-	8,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1499	Salade ei- lunch/borrel	84	Ei kippen- gekookt gem	200,0
		451	Mayonaise	50,0
		458	Saus sla- 25% olie	0,0
1502	Yoghurt halfvolle	301	Yoghurt magere	53,0
		278	Yoghurt volle	47,0
1506	Soesje kaas-	1915	Soes ongevuld	311,0
		310	Boter ongezoeten	100,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	50,0
		1885	Water gem	50,0
1507	Borstplaat room-	375	Suiker basterd- witte	150,0
		286	Melk halfvolle	20,0
		299	Room slag- onbereid	10,0
		293	Room koffie-	10,0
1509	Mueslireep m chocolade	2239	Mueslireep	80,0
		432	Chocolade puur	10,0
		431	Chocolade melk-	10,0
1511	Hamburger vegetarisch onbereid	868	Meel soja- ontvet	30,0
		358	Eiwit kippenei rauw	15,0
		5041	Olie plantaardig gem	5,0
1512	Schnitzel vegetarisch onbereid	1885	Water gem	30,0
		358	Eiwit kippenei rauw	20,0
		868	Meel soja- ontvet	20,0
		220	Bloem tarwe- patent	19,0
		317	Olie zonnebloem-	5,0
5041	Olie plantaardig gem	5,0		
1515	Saus op basis roux bereid	286	Melk halfvolle	250,0
		1885	Water gem	150,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	25,0
		220	Bloem tarwe- patent	25,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
1516	Saus op basis groentenat/melk bereic	286	Melk halfvolle	250,0
		1885	Water gem	150,0
		215	Maizena	16,0
		220	Bloem tarwe- patent	7,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1524	Saus tomaten- kant-en-klaar glas	2293	Tomaat in blik	97,0
		601	Olie olijf-	3,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,0
1528	Bouillon van blokje bereid	1885	Water gem	1000,0
		429	Bouillonblokje	20,0
1531	Stamppot rauwe andijvie zonder vlees bereid	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		7	Andijvie rauw	340,0
		286	Melk halfvolle	100,0
1533	Taart hartige van bladerdeeg met groente/kaas/ei	1904	Groenten gekookt gem	300,0
		265	Bladerdeeg z roomboter, bereid	240,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	200,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	150,0
		286	Melk halfvolle	100,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	6,0
1568	Gehaktbal hoh- m ei gebakken	1326	Gehakt hoh rul gebakken	360,0
		236	Brood tarwe-	50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
1595	Chili con carne	660	Bonen bruine blik/glas	750,0
		64	Ui gekookt	231,0
		1405	Gehakt runder- rauw	200,0
		1421	Gehakt varkens- rauw	200,0
		32	Paprika groene gekookt	118,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	70,0
		313	Olie soja-	15,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	15,0
		462	Ketchup tomaten-	13,0
1601	Gehaktbal runder- z ei gebakken	1540	Gehakt runder- rul gebakken	360,0
		236	Brood tarwe-	50,0
		286	Melk halfvolle	25,0
1663	Rundvlees <5 g vet rauw gem	1400	Runderbiefstuk rauw	52,3
		1404	Runderbaklappen rauw	24,3
		1410	Runderrosbief rauw	8,9
		1401	Runderbiefstuk van de haas rauw	8,7
		1409	Runderrollade rauw	4,3
		1408	Runderpoelet rauw	1,6
1664	Rundvlees >5 g vet rauw gem	1405	Gehakt runder- rauw	40,4
		1435	Hamburger rauw	29,6

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1664	vervolg/continuation	1415	Rundertartaar rauw	8,1
		3030	Runderbraadworst rauw	6,3
		1414	Rundersukadelappen rauw	4,6
		2339	Vink runder- rauw	4,3
		1412	Runderriblappen rauw	2,8
		1402	Runderentrecote rauw	1,9
		1413	Runder doorregen lappen rauw	1,3
		3033	Runder T-bone steak rauw	0,5
		1406	Runderklapstuk rauw	0,3
1665	Rundvlees <10 g vet bereid gem	1536	Runderbiefstuk bereid	37,8
		1550	Rundertartaar bereid	17,7
		1539	Runderbaklappen bereid	17,5
		1549	Rundersukadelappen bereid	9,9
		1545	Runderrosbief bereid	6,4
		1538	Runderentrecote bereid	4,1
		1544	Runderrollade gebakken	3,1
		1548	Runder doorregen lappen bereid	2,8
1541	Runderklapstuk bereid	0,6		
1666	Rundvlees >10 g vet bereid gem	1569	Hamburger bereid	33,8
		1601	Gehaktbal runder- z ei gebakken	15,4
		1390	Gehaktbal runder- m ei gebakken	15,4
		1540	Gehakt runder- rul gebakken	15,4
		2901	Runderbraadworst gebakken	7,2
		2903	Vink runder- gebakken	4,9
		2301	Worst rook- runder gekookt	3,7
		1547	Runderriblappen bereid	3,1
		2904	Runder T-bone steak bereid	0,6
		1543	Runderpoulet bereid	0,6
1667	Varkensvlees <5 g vet rauw gem	2340	Varkensschnitzel gepaneerd rauw	29,0
		1418	Varkensfiletlappen rauw	21,1
		1422	Varkenshaas rauw	17,6
		1420	Varkenshamlappen rauw	14,1
		1790	Varkensschnitzel ongepaneerd rauw	10,1
		3024	Varkenspoelet rauw	4,3
		1419	Varkensfricandeau rauw	3,3
		1429	Varkensoester rauw	0,5
1668	Varkensvlees 5-14 g vet rauw gem	1425	Varkensschouderkarbonade rauw	46,0
		3027	Shoarmavlees varkens- rauw	17,7
		1788	Varkensribkarbonade rauw	14,4
		3031	Spareribs varkens- rauw	9,0
		1424	Varkenshaaskarbonade rauw	7,1

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1668	vervolg/continuation	1430	Varkensschouderlappen rauw	5,0
		1421	Gehakt varkens- rauw	0,8
1669	Varkensvlees >15 g vet rauw gem	1432	Speklap rauw	42,1
		1417	Varkensbraadworst rauw	39,8
		1431	Vink sla- rauw	11,8
		3025	Spek rook- mager rauw	5,4
		343	Spek vers vet rauw	0,6
		1427	Varkenskrabbetjes rauw	0,3
1670	Varkensvlees <10 g vet bereid gem	1552	Varkensfiletlappen bereid	23,5
		1556	Varkenshaas bereid	19,6
		1554	Varkenshamlappen bereid	15,7
		1647	Varkensribkarbonade bereid	14,0
		1789	Varkensschnitzel ongepaneerd bereid	11,2
		1558	Varkenshaaskarbonade bereid	7,0
		1564	Varkensschouderlappen bereid	4,9
		1553	Varkensfricandeau bereid	3,6
1563	Varkensoester bereid	0,5		
1671	Varkensvlees 10-19 g vet bereid gem	1559	Varkensschouderkarbonade bereid	35,7
		1551	Varkensbraadworst bereid	31,7
		2906	Shoarmavlees varkens- bereid	13,7
		2300	Worst rook- magere gekookt	7,5
		2908	Spareribs varkens- bereid	7,0
		2909	Varkenspoulet bereid	3,8
		1555	Gehakt varkens- gebakken	0,6
1672	Varkensvlees >19 g vet bereid gem	3026	Speklap bereid in eigen vet	48,7
		324	Worst rook- gekookt gem	30,3
		1565	Vink sla- gebakken	13,6
		2907	Spek rook- mager bereid	6,2
		1297	Spek vers vet bereid	0,7
		1561	Varkenskrabbetjes bereid	0,4
1673	Kalfsvlees <5 g vet gem rauw	3016	Kalfsschnitzel ongepaneerd rauw	56,7
		3019	Kalfslappen mager rauw	43,3
1674	Kalfsvlees >5 g vet gem rauw	1437	Vink kalfs- rauw	52,9
		1436	Kalfsentrecote rauw	23,6
		3017	Gehakt kalfs- rauw	23,4
1675	Lamsvlees >10 g vet rauw gem	1445	Lamskarbonade rauw	50,8
		1444	Gehakt lams-/schapen- rauw	49,2

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1676	Vlees <5 g vet excl lever rauw gem	1634	Kipfilet rauw 46,5
		1400	Runderbiefstuk rauw 11,0
		2340	Varkensschnitzel gepaneerd rauw 9,2
		1418	Varkensfiletlappen rauw 6,7
		1422	Varkenshaas rauw 5,6
		1404	Runderbaklappen rauw 5,1
		1420	Varkenshamlappen rauw 4,5
		1790	Varkensschnitzel ongepaneerd rauw 3,2
		1410	Runderrosbief rauw 1,9
		1401	Runderbiefstuk van de haas rauw 1,8
		3024	Varkenspoelet rauw 1,4
		1419	Varkensfricandeau rauw 1,0
		1409	Runderrollade rauw 0,9
		95	Paardenvlees rauw 0,6
		1408	Runderpoelet rauw 0,3
		1429	Varkensoester rauw 0,1
		1677	Vlees >5 g vet excl lever rauw gem
1405	Gehakt runder- rauw 15,2		
1435	Hamburger rauw 11,2		
1425	Varkensschouderkarbonade rauw 7,6		
1432	Speklap rauw 7,2		
1417	Varkensbraadworst rauw 6,8		
108	Kip m vel rauw 6,0		
1305	Kip z vel rauw 3,6		
1415	Rundertartaar rauw 3,1		
3027	Shoarmavlees varkens- rauw 2,9		
1788	Varkensribkarbonade rauw 2,4		
3030	Runderbraadworst rauw 2,4		
1431	Vink sla- rauw 2,0		
1414	Rundersukadelappen rauw 1,7		
2339	Vink runder- rauw 1,6		
3031	Spareribs varkens- rauw 1,5		
1424	Varkenshaaskarbonade rauw 1,2		
1412	Runderriblappen rauw 1,0		
3025	Spek rook- mager rauw 0,9		
1430	Varkensschouderlappen rauw 0,8		
106	Eend m vel rauw 0,7		
1402	Runderentrecote rauw 0,7		
1642	Kiprollade rauw 0,7		
1413	Runder doorregen lappen rauw 0,5		
109	Konijn tam rauw 0,3		
3033	Runder T-bone steak rauw 0,2		
1427	Varkenskrabbetjes rauw 0,1		
343	Spek vers vet rauw 0,1		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1677	vervolg/continuation	1421	Gehakt varkens- rauw	0,1
		99	Schapenvlees >10 g vet rauw gem	0,1
		330	Kalkoen rauw	0,1
		1406	Runderklapstuk rauw	0,1
1876	Salade komkommer- lunch/borrel	27	Komkommer z schil rauw	54,0
		308	Olie arachide-	17,0
		1885	Water gem	9,0
		278	Yoghurt volle	5,0
		377	Suiker kristal-	4,0
		317	Olie zonnebloem-	3,0
		86	Eidooier kippen- gekookt	1,0
		2615	Azijn	1,0
		215	Maizena	1,0
		64	Ui gekookt	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,9
1877	Salade vlees- lunch/borrel	567	Worst boterham-	27,0
		308	Olie arachide-	18,0
		132	Augurk zoetzuur	13,0
		1885	Water gem	13,0
		72	Wortel gekookt gem	10,0
		377	Suiker kristal-	7,0
		147	Appel z schil gem	5,0
		1127	Sap citroen- vers	2,0
		64	Ui gekookt	2,0
		215	Maizena	1,5
		86	Eidooier kippen- gekookt	1,0
		824	Mosterd	1,0
		299	Room slag- onbereid	1,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,1		
1885	Water gem	598	Water 0-50 mg calcium p liter	60,0
		599	Water 50-100 mg calcium p liter	40,0
1904	Groenten gekookt gem	64	Ui gekookt	9,2
		15	Kool bloem- gekookt	7,9
		951	Bonen sperzie- gekookt	7,4
		72	Wortel gekookt gem	6,8
		920	Broccoli gekookt	6,1
		2735	Tomaat gekookt gem	5,3
		68	Witlof gekookt	4,2
		139	Bonen sperzie- blik/glas	3,1
		37	Prei gekookt	3,0
146	Spinazie diepvries gekookt	2,9		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1904	vervolg/continuation	20	Champignon gekookt 2,9
		651	Spinazie a la creme diepvries gekookt 2,8
		16	Kool boeren- gekookt 2,8
		74	Kool zuur- gekookt 2,6
		136	Doperwten m wortelen blik/glas 2,3
		8	Andijvie gekookt 2,2
		958	Biet rode gekookt 2,1
		55	Spruitjes gekookt 2,0
		52	Spinazie gekookt 1,8
		143	Wortel blik/glas 1,8
		135	Doperwten zeer fijn/extra fijn blik/glas 1,8
		954	Bonen sperzie- diepvries gekookt 1,7
		961	Bonen snij- gekookt 1,7
		966	Courgette gekookt 1,5
		54	Kool spits- gekookt 1,4
		885	Paprika rode gekookt 1,1
		650	Kool rode m appeltjes diepvries gekoo 1,0
		57	Mais suiker- gekookt 0,9
		145	Kool rode blik/glas 0,8
		953	Doperwten diepvries gekookt 0,7
		1454	Biet rode zoetzuur glas 0,7
		11	Aubergine gekookt 0,6
		957	Asperge witte gekookt 0,6
		70	Kool witte gekookt 0,6
		59	Tauge gekookt 0,5
		26	Selderij knol- gekookt 0,4
		42	Kool rode gekookt 0,4
		32	Paprika groene gekookt 0,4
		2741	Paprika gele gekookt 0,4
		964	Peultjes gekookt 0,4
		1136	Andijvie diepvries onbereid 0,4
		29	Koolraap gekookt 0,3
		952	Kool boeren- diepvries gekookt 0,3
		13	Selderij bleek- gekookt 0,3
		22	Kool Chinese gekookt 0,2
		133	Champignon blik/glas 0,2
		138	Bonen snij- blik/glas 0,2
		1139	Doperwten m wortelen diepvries onbe 0,2
		130	Asperge witte blik/glas 0,2
		28	Komkommer gekookt 0,2
		2733	Tomaat vlees- gekookt 0,1
		2738	Ui sla- gekookt 0,1
		1144	Groente soep- diepvries onbereid 0,1
		1141	Groentemix Mexico Melange diepvrie: 0,1
		25	Kool groene gekookt 0,1

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1904	vervolg/continuation	963	Doperwten gekookt	0,1
		142	Bonen tuin- blik/glas	0,1
1905	Groenten rauw gem	2734	Tomaat rauw gem	22,8
		2739	Komkommer m schil rauw	15,1
		27	Komkommer z schil rauw	11,7
		1399	Sla ijsberg- rauw	11,6
		46	Sla krop- rauw	6,2
		71	Wortel rauw gem	5,6
		63	Ui rauw	5,2
		2731	Tomaat kers- rauw	4,6
		67	Witlof rauw	3,3
		7	Andijvie rauw	3,0
		2736	Sla rucola rauw	1,8
		2732	Tomaat vlees- rauw	1,4
		884	Paprika rode rauw	1,2
		557	Selderij bleek- rauw	1,0
		65	Sla veld- rauw	1,0
		69	Kool witte rauw	0,9
		2708	Sla rode rauw	0,9
		124	Radijs rauw	0,6
		2740	Paprika gele rauw	0,6
		562	Prei rauw	0,5
		31	Paprika groene rauw	0,5
		2737	Ui sla- rauw	0,2
		921	Broccoli rauw	0,2
		558	Selderij knol- rauw	0,1
		21	Kool Chinese rauw	0,1
1906	Fruit vers incl citrus- gem	875	Appel m schil gem	21,0
		151	Banaan	18,7
		147	Appel z schil gem	12,2
		171	Sinaasappel	10,1
		165	Mandarijn	7,9
		148	Aardbeien	5,0
		160	Druiven m schil gem	4,5
		1056	Kiwi groene	4,0
		168	Peer z schil	3,0
		166	Meloen net-	2,3
		150	Ananas	2,3
		1812	Nectarine	2,0
		2748	Peer m schil	1,8
		692	Mango	0,9
		170	Pruimen m schil	0,9
		163	Kersen	0,9

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
1906	vervolg/continuation	162	Grapefruit	0,7
		169	Perzik zonder schil	0,5
		1105	Meloen water-	0,3
		153	Bessen rode	0,3
		161	Frambozen	0,3
		1106	Meloen suiker-	0,2
		155	Bessen bos-	0,1
		159	Cranberry vers	0,1
1907	Vleeswaren excl leverproducten gem	785	Ham schouder-	14,7
		784	Ham achter-	11,4
		810	Filet americain	9,1
		638	Worst cervelaat-	9,1
		2654	Kipfilet (vleeswaar)	6,0
		1152	Worst salami	5,9
		567	Worst boterham-	5,8
		566	Worst knak- blik/glas	4,5
		1162	Worst gekookte	3,8
		1155	Gehakt gebraden (vleeswaar)	3,1
		328	Ham rauwe	2,7
		1545	Runderrosbief bereid	2,4
		1776	Ham achter- gegrild	2,3
		639	Spek ontbijt-	2,1
		340	Runderrookvlees	2,1
		2997	Worst grill-	2,0
		319	Cornedbeef	1,4
		1777	Ham been-	1,3
		2768	Worst ossen-	1,2
		643	Casselrib gerookt/gekookt	0,8
		336	Luncheon meat blik	0,8
		783	Worst paling-	0,7
		3002	Spek katen-	0,7
		641	Bacon	0,7
		3001	Kalkoenfilet (vleeswaar)	0,7
		1773	Zult zure	0,7
		1772	Varkensfricandeau gebraden (vleeswa)	0,6
		3003	Worst knak- runder blik/glas	0,5
		2304	Worst cervelaat- magere	0,5
		568	Worst bloed-	0,4
		1774	Worst tongen-	0,4
		2996	Worst Chorizo	0,4
		338	Pekelvlees	0,4
		2836	Worst grill- met kaas	0,3
		2302	Worst knak- magere blik/glas	0,3
		1572	Kalfsfricandeau bereid	0,1

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1907	vervolg/continuation	782	Worst thee- 0,1
		2303	Worst gekookte magere 0,1
1908	Vleeswaren <10 g vet excl leverprod gem	785	Ham schouder- 31,6
		784	Ham achter- 24,5
		2654	Kipfilet (vleeswaar) 12,9
		328	Ham rauwe 5,8
		1545	Runderrosbief bereid 5,1
		1776	Ham achter- gegrild 4,9
		340	Runderrookvlees 4,5
		1777	Ham been- 2,8
		2768	Worst ossen- 2,7
		643	Casselerrib gerookt/gekookt 1,8
		3001	Kalkoenfilet (vleeswaar) 1,5
		1772	Varkensfricandeau gebraden (vleeswa 1,2
		2302	Worst knak- magere blik/glas 0,6
1572	Kalfsfricandeau bereid 0,2		
1909	Worst excl leverproducten gem	638	Worst cervelaat- 28,9
		1152	Worst salami 18,6
		567	Worst boterham- 18,4
		1162	Worst gekookte 12,2
		2997	Worst grill- 6,2
		2768	Worst ossen- 3,9
		336	Luncheon meat blik 2,4
		783	Worst paling- 2,3
		2304	Worst cervelaat- magere 1,5
		2996	Worst Chorizo 1,4
		1774	Worst tongen- 1,2
		568	Worst bloed- 1,2
		2836	Worst grill- met kaas 1,0
		782	Worst thee- 0,5
		2303	Worst gekookte magere 0,2
2306	Worst boterham- magere 0,1		
1910	Vleeswaren 20-30 g vet excl leverprod gem	1155	Gehakt gebraden (vleeswaar) 30,8
		567	Worst boterham- 30,4
		639	Spek ontbijt- 11,2
		2997	Worst grill- 10,3
		336	Luncheon meat blik 4,0
		783	Worst paling- 3,9
		3002	Spek katen- 3,6
		1773	Zult zure 3,5
2996	Worst Chorizo 2,3		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1911	Vleeswaren >30 g vet excl leverprod gem	638	Worst cervelaat- 46,4
		1152	Worst salami 29,8
		1162	Worst gekookte 19,5
		568	Worst bloed- 1,9
		2836	Worst grill- met kaas 1,6
		782	Worst thee- 0,8
1912	Saus Chinese zoetzure huishoudelijk bereid	1528	Bouillon van blokje bereid 400,0
		462	Ketchup tomaten- 25,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik 20,0
		215	Maizena 16,0
		374	Suiker basterd- bruine 10,0
1913	Saus sate- huishoudelijk bereid m water m vet	1885	Water gem 150,0
		455	Pindakaas 150,0
		64	Ui gekookt 46,0
		1215	Ketjap zoet 32,0
		463	Siroop vruchtenlimonade- 15,0
		313	Olie soja- 10,0
1913	vervolg/continuation	429	Bouillonblokje 3,0
		1232	Sambal oelek 2,0
1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/ hartige taart) onbereid	220	Bloem tarwe- patent 200,0
		1885	Water gem 150,0
		601	Olie olijf- 20,0
		950	Gist vers 7,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 2,0
1915	Soes ongevuld	1885	Water gem 100,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 100,0
		220	Bloem tarwe- patent 60,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 50,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 1,0
1916	Room slag- geklopt m suiker	299	Room slag- onbereid 250,0
		377	Suiker kristal- 40,0
1917	Vlaaibodem Limburgse	220	Bloem tarwe- patent 150,0
		286	Melk halfvolle 75,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 30,0
		86	Eidooier kippen- gekookt 15,0
		375	Suiker basterd- witte 10,0
		950	Gist vers 9,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 3,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
1935	Noten gemengd gezouten	207	Noten gemengd ongezouten 200,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,5
1943	Zoutjes Japanse mix m pinda's	2147	Zoutjes Japanse mix z pinda's 86,0
		204	Pinda's ongezouten 14,0
1945	Broodje pudding-	736	Pudding vanille- 90,0
		230	Broodje wit zacht 55,0
1957	Vla slagroom-	282	Vla vanille- volle 91,0
		1916	Room slag- geklopt m suiker 9,0
1958	Pap karnemelkse gorte-	289	Melk karne- 1000,0
		1890	Gerst hele korrel rauw 90,0
1969	Cake m roomboter	84	Ei kippen- gekookt gem 150,0
		220	Bloem tarwe- patent 150,0
		310	Boter ongezouten 150,0
		377	Suiker kristal- 150,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 2,0
1972	Koekje roomboter- gem	789	Koek boter- 27,9
		262	Sprits m roomboter 27,2
		2820	Wafel stroop- m roomboter 24,3
		2761	Koek gevulde m roomboter 18,1
		2763	Speculaas m roomboter 2,4
2009	Taart vruchten- van zandgebak	220	Bloem tarwe- patent 200,0
		1056	Kiwi groene 150,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 125,0
		375	Suiker basterd- witte 82,0
		148	Aardbeien 80,0
		163	Kersen 67,0
		157	Bramen 50,0
		151	Banaan 43,0
		177	Ananas op siroop blik/glas 42,0
		160	Druiven m schil gem 40,0
		186	Mandarijnen op siroop blik/glas 40,0
		86	Eidooier kippen- gekookt 35,0
		377	Suiker kristal- 25,0
841	Zout met toegevoegd jodium 2,0		
2010	Taart vruchten- van cakedeeg	147	Appel z schil gem 405,0
		220	Bloem tarwe- patent 100,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 70,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2010	vervolg/continuation	375	Suiker basterd- witte	50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	1,0
2046	Balletjes vegetarisch onbereid	1885	Water gem	30,0
		868	Meel soja- ontvet	20,0
		358	Eiwit kippenei rauw	20,0
		220	Bloem tarwe- patent	19,0
		317	Olie zonnebloem-	10,0
2047	Gehakt fijn- vegetarisch onbereid	1885	Water gem	49,0
		868	Meel soja- ontvet	30,0
		358	Eiwit kippenei rauw	15,0
		5041	Olie plantaardig gem	5,0
2108	Frites bereid gem	2107	Frites bereid m vloeibaar vet	85,0
		2106	Frites bereid m hard vet	15,0
2157	Pasta volkoren gekookt	1885	Water gem	150,0
		811	Pasta volkoren rauw	100,0
2158	Couscous gekookt	1885	Water gem	200,0
		1889	Couscous rauw	100,0
2159	Gierst gekookt	1885	Water gem	200,0
		847	Gierst rauw	100,0
2162	Cafe noir	252	Biscuit	60,0
		377	Suiker kristal-	40,0
2178	Pesto groene	2177	Basilicum vers	75,0
		601	Olie olijf-	60,0
		2176	Pijnboompitten	35,0
		718	Kaas Parmezaanse	25,0
		830	Knoflook rauw	6,0
		128	Peterselie vers	5,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,0
2190	Brownie met noten	377	Suiker kristal-	600,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	250,0
		432	Chocolade puur	250,0
		220	Bloem tarwe- patent	200,0
		206	Noten wal- ongezoeten	75,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2190	vervolg/continuation	1895	Noten pecan- ongebrand ongezouten	75,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	2,0
2228	Koekje Scholliertje	252	Biscuit	52,0
		431	Chocolade melk-	24,0
		432	Chocolade puur	24,0
2231	Wafel rijst- met chocolade	1481	Wafel rijst- naturel met (zee)zout	40,0
		431	Chocolade melk-	30,0
		432	Chocolade puur	30,0
2233	Koek ontbijt- m rozijnen	240	Koek ontbijt-	90,0
		33	Rozijnen gedroogd	10,0
2251	Ijs room/vanille- m chocoladecoating	303	Ijs room/vanille-	60,0
		431	Chocolade melk-	26,0
		299	Room slag- onbereid	14,0
2272	Taartbodem van biscuitdeeg	84	Ei kippen- gekookt gem	150,0
		377	Suiker kristal-	100,0
		220	Bloem tarwe- patent	60,0
		215	Maizena	20,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	1,0
2293	Tomaat in blik	61	Tomaat gewoon gekookt	60,0
		413	Sap tomaten-	40,0
2311	Breezer	1885	Water gem	83,0
		377	Suiker kristal-	9,0
		383	Sap appel-	4,7
2312	Roti van bloem (sada roti)	1020	Meel bak- zelfrijzend	47,0
		1885	Water gem	14,3
		317	Olie zonnebloem-	5,3
2317	Bruine bonen met rijst Surinaams	660	Bonen bruine blik/glas	720,0
		658	Rijst witte gekookt	550,0
		108	Kip m vel rauw	200,0
		1634	Kipfilet rauw	125,0
		61	Tomaat gewoon gekookt	78,0
		1528	Bouillon van blokje bereid	75,0
		2313	Rundvlees gezouten gekookt Surinaar	62,5
		64	Ui gekookt	62,0
		601	Olie olijf-	40,0
141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	17,5		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2317	vervolg/continuation	377	Suiker kristal-	5,0
		830	Knoflook rauw	3,0
		1235	Selderij blad- vers	1,5
2318	Roti van bloem en aardappel	2312	Roti van bloem (sada roti)	59,6
		982	Aardappelen z schil gekookt gem	37,8
		64	Ui gekookt	2,0
		830	Knoflook rauw	0,3
		5041	Olie plantaardig gem	0,3
2319	Saus met gele spilterwt en Dahl Surinaams	2314	Erwt en split- gele gekookt	500,0
		64	Ui gekookt	35,0
		601	Olie olijf-	20,0
		1223	Kerrie djawa	7,5
		830	Knoflook rauw	4,0
		823	Peper zwarte/witte	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
2320	Ovenschotel met pomtajer Pom Surinaams	2090	Kip drumstick m vel rauw	640,0
		2315	Pomtajer bereid z vet	600,0
		1528	Bouillon van blokje bereid	200,0
		61	Tomaat gewoon gekookt	200,0
		410	Sap sinaasappel- gepasteuriseerd	120,0
		2313	Rundvlees gezouten gekookt Surinaam	100,0
		64	Ui gekookt	92,0
		310	Boter ongezouten	60,0
		1127	Sap citroen- vers	30,0
		377	Suiker kristal-	10,0
		1235	Selderij blad- vers	5,0
		128	Peterselie vers	5,0
		825	Nootmuskaat	1,0
		823	Peper zwarte/witte	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
2321	Groente-vlees schotel Moksi-alesi Surinaams	658	Rijst witte gekookt	500,0
		22	Kool Chinese gekookt	298,0
		348	Garnalen Hollandse gekookt	250,0
		660	Bonen bruine blik/glas	125,0
		2313	Rundvlees gezouten gekookt Surinaam	125,0
		64	Ui gekookt	92,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	70,0
		317	Olie zonnebloem-	20,0
		832	Gemberwortel	12,0
		1225	Peper cayenne- rood	7,0
		429	Bouillonblokje	6,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2321	vervolg/continuation	1223	Kerrie djawa	5,0
		830	Knoflook rauw	4,0
2322	Aardappelpuree instant- bereid m halfvolle melk	286	Melk halfvolle	84,0
		2493	Aardappelpureepoeder z melkpoeder	16,0
2323	Aardappelpuree instant- bereid m water	1885	Water gem	81,0
		2499	Aardappelpureepoeder m melkpoeder	19,0
2324	Aardappelpuree vers bereid m hv melk z vet	982	Aardappelen z schil gekookt gem	1000,0
		286	Melk halfvolle	350,0
2326	Aardappelkroketten diepvries onbereid	121	Aardappelpuree vers bereid m hv mell	81,0
		1013	Paneermeel	15,0
		317	Olie zonnebloem-	4,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,6
2331	Bamipakket gekookt	70	Kool witte gekookt	33,0
		37	Prei gekookt	29,0
		59	Tauge gekookt	29,0
		61	Tomaat gewoon gekookt	9,0
2339	Vink runder- rauw	1405	Gehakt runder- rauw	60,0
		1404	Runderbaklappen rauw	40,0
2340	Varkensschnitzel gepaneerd rauw	1790	Varkensschnitzel ongepaneerd rauw	84,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	8,0
		1013	Paneermeel	8,0
2343	Pudding gelatine-	1885	Water gem	85,0
		377	Suiker kristal-	13,0
		439	Gelatine	2,0
2344	Varkens cordon bleu rauw	1790	Varkensschnitzel ongepaneerd rauw	68,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	8,0
		785	Ham schouder-	8,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	8,0
		1013	Paneermeel	8,0
2345	Pinda's suiker-	204	Pinda's ongezouten	60,0
		377	Suiker kristal-	40,0
2346	Sla gem rauw	1399	Sla ijsberg- rauw	54,3
		46	Sla krop- rauw	28,8
		2736	Sla rucola rauw	8,3

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2346	vervolg/continuation	65	Sla veld- rauw	4,6
		2708	Sla rode rauw	4,0
2347	Tortellini gekookt	659	Pasta witte gem gekookt	83,0
		20	Champignon gekookt	6,0
		1568	Gehaktbal hoh- m ei gebakken	6,0
		718	Kaas Parmezaanse	5,0
2348	Brood volkoren- gem m pompoenpitten	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	705,0
		2806	Pompoenpitten	95,0
2349	Brood lijnzaad-	2350	Brood meergranen- m div zaden gem	705,0
		867	Lijnzaad	95,0
2350	Brood meergranen- m div zaden gem	2783	Brood meergranen- m div zaden obv b	100,0
		2784	Brood meergranen- m div zaden obv n	100,0
2351	Brood wit- gem van melk- en waterwit	248	Brood wit- water	68,4
		241	Brood wit- melk	31,6
2352	Brood krenten- m spijs	233	Brood krenten-	650,0
		2807	Spijs gem	150,0
2353	Brood muesli- obv meel/ volkorenmeel	236	Brood tarwe-	34,0
		2811	Brood volkoren- fijn	17,0
		2782	Brood volkoren- grof	17,0
		33	Rozijnen gedroogd	15,0
		207	Noten gemengd ongezoeten	8,0
		185	Krenten gedroogd	5,0
		80	Bloem rijste-	1,0
		213	Mout haver-	1,0
		313	Olie soja-	1,0
872	Zonnebloempitten	1,0		
2354	Brood noten- volkoren	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	680,0
		207	Noten gemengd ongezoeten	120,0
2355	Brood suiker- wit	241	Brood wit- melk	74,0
		377	Suiker kristal-	26,0
2356	Brood stok- kaas-uien	2793	Brood stok- wit	65,0
		1393	Ui gebakken	20,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	15,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2357	Brood volkoren- gem m zonnebloempitten	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	705,0
		872	Zonnebloempitten	95,0
2358	Brood wit- gem m zonnebloempitten	2351	Brood wit- gem van melk- en waterwit	705,0
		872	Zonnebloempitten	95,0
2359	Wrap/Tortilla	696	Meel mais-	70,0
		1885	Water gem	24,0
		313	Olie soja-	6,0
2360	Wafel rijst- m karamel	1481	Wafel rijst- naturel met (zee)zout	75,0
		377	Suiker kristal-	25,0
2364	Kipschnitzel gepaneerd rauw	1305	Kip z vel rauw	84,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	8,0
		1013	Paneermeel	8,0
2365	Kip cordon bleu rauw	1634	Kipfilet rauw	76,0
		785	Ham schouder-	9,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	9,0
		1013	Paneermeel	6,0
2371	Tiramisu	294	Melk magere	31,0
		377	Suiker kristal-	17,0
		1885	Water gem	17,0
		2925	Kaas Mascarpone	10,0
		252	Biscuit	10,0
		253	Cake z roomboter	8,0
		430	Cacaopoeder	2,0
		85	Eidooier kippen- rauw	2,0
		2142	Wijn witte zoete	2,0
		317	Olie zonnebloem-	1,0
2372	Rozijnen omhuld met chocolade melk-	431	Chocolade melk-	50,0
		33	Rozijnen gedroogd	50,0
2373	After eight	453	Pepermunt	55,0
		431	Chocolade melk-	37,0
		1885	Water gem	8,0
2374	Chocolade melk- m rozijnen	431	Chocolade melk-	80,0
		33	Rozijnen gedroogd	20,0
2375	Chocolade puur m hazelnoten	432	Chocolade puur	75,0
		200	Noten hazel- ongezouten	25,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2376	Chocolade melk- m gepofte rijst	431	Chocolade melk- 89,0
		1481	Wafel rijst- naturel met (zee)zout 11,0
2379	Rozijnen gedroogd geweekt	33	Rozijnen gedroogd 83,0
		1885	Water gem 17,0
2380	Toffee m chocolade	461	Toffee 80,0
		432	Chocolade puur 20,0
2381	Pate smeer- magere	334	Lever varkens- gekookt (vleeswaar) 31,0
		1885	Water gem 27,0
		1670	Varkensvlees <10 g vet bereid gem 17,0
		220	Bloem tarwe- patent 13,0
		314	Vet varkens- uitgesmolten 5,0
		5195	Vet kippen- 5,0
		1393	Ui gebakken 1,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0		
2382	Brood tarwe- m zonnebloempitten	236	Brood tarwe- 705,0
		872	Zonnebloempitten 95,0
2383	Noga m chocolade	377	Suiker kristal- 53,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 27,0
		432	Chocolade puur 20,0
2384	Drop m pepermint	453	Pepermint 67,0
		522	Drop zoete 33,0
2385	Salmiakkogel/-lolly	450	Zuurtjes 90,0
		520	Drop zoute 10,0
2386	Noga	377	Suiker kristal- 70,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 30,0
2387	Popcorn gepoft z olie zoet	630	Popcorn gepoft z olie naturel 76,0
		377	Suiker kristal- 24,0
2391	Cake marmer-	253	Cake z roomboter 93,0
		375	Suiker basterd- witte 5,0
		430	Cacaopoeder 2,0
2392	Cake appel- z roomboter	253	Cake z roomboter 60,0
		147	Appel z schil gem 40,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2393	Cake rozijnen-	253	Cake z roomboter	85,0
		33	Rozijnen gedroogd	15,0
2394	Soes bananen-	1475	Soes slagroom-	80,0
		151	Banaan	20,0
2395	Soes slagroom- m chocola	1475	Soes slagroom-	92,0
		432	Chocolade puur	8,0
2396	Taart chocolade- m slagroom	255	Taart slagroom-	90,0
		432	Chocolade puur	10,0
2397	Koek ontbijt- m noten	240	Koek ontbijt-	88,0
		207	Noten gemengd ongezoeten	8,0
		33	Rozijnen gedroogd	4,0
2398	Koek ontbijt- m kandij	240	Koek ontbijt-	86,0
		377	Suiker kristal-	14,0
2399	Spekkoek	310	Boter ongezoeten	37,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	35,0
		375	Suiker basterd- witte	20,0
		220	Bloem tarwe- patent	7,0
		293	Room koffie-	1,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	0,3
2400	Croissant chocolade-	2818	Croissant gem	75,0
		432	Chocolade puur	25,0
2401	Koek met geleï/appelvulling	258	Koekje gem	70,0
		445	Jam	30,0
2403	Koek Glace-	253	Cake z roomboter	75,0
		377	Suiker kristal-	25,0
2409	Sprints m chocolade	262	Sprints m roomboter	88,0
		431	Chocolade melk-	12,0
2410	Schuimzoenen	377	Suiker kristal-	55,0
		317	Olie zonnebloem-	11,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	11,0
		220	Bloem tarwe- patent	9,0
		430	Cacaopoeder	9,0
		358	Eiwit kippenei rauw	5,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2412	Kletskop	374	Suiker basterd- bruine 44,0
		220	Bloem tarwe- patent 20,0
		310	Boter ongezoeten 20,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 16,0
2413	Mergpijpje gevuld met cake en creme	377	Suiker kristal- 56,0
		3451	Olie palm- 21,4
		84	Ei kippen- gekookt gem 9,4
		220	Bloem tarwe- patent 9,4
		430	Cacaopoeder 1,7
		971	Bonen soja- gekookt 1,7
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,2
295	Melkpoeder magere 0,2		
2416	Ijs stracciatella-	303	Ijs room/vanille- 90,0
		432	Chocolade puur 10,0
2417	Koek oranje-	855	Speculaas gevulde 62,0
		377	Suiker kristal- 33,0
		440	Gember op siroop blik/glas 5,0
2418	Saus warm vloeibaar kant-en-klaar <12% vet	1518	Saus op basis pakje >3% vet bereid 90,0
		1904	Groenten gekookt gem 5,0
		313	Olie soja- 3,0
2419	Saus kaas- op basis roux bereid	1515	Saus op basis roux bereid 85,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem 15,0
2420	Saus warm vloeibaar kant-en-klaar >12% vet	1518	Saus op basis pakje >3% vet bereid 85,0
		313	Olie soja- 15,0
2425	Wafel galette-	220	Bloem tarwe- patent 250,0
		377	Suiker kristal- 200,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 150,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 50,0
2428	Wafel melk-hazelnootchocolade Knoppers	480	Biscuit fourre omhuld met chocolade 86,0
		200	Noten hazel- ongezoeten 9,0
		295	Melkpoeder magere 5,0
2429	Cake m noten	253	Cake z roomboter 80,0
		207	Noten gemengd ongezoeten 20,0
2430	Beignet banaan-	151	Banaan 420,0
		317	Olie zonnebloem- 190,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2430	vervolg/continuation	286	Melk halfvolle	175,0
		220	Bloem tarwe- patent	125,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		377	Suiker kristal-	15,0
		950	Gist vers	6,0
2431	Taart slagroom- omhuld met marsepein	255	Taart slagroom-	75,0
		1256	Marsepein	25,0
2432	Taart noten-	220	Bloem tarwe- patent	160,0
		375	Suiker basterd- witte	130,0
		310	Boter ongezoeten	100,0
		207	Noten gemengd ongezoeten	100,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,5
2444	Thee kruiden- oplos geoet bereid	645	Thee bereid	95,0
		377	Suiker kristal-	5,0
2445	Saus boter-	1528	Bouillon van blokje bereid	400,0
		310	Boter ongezoeten	120,0
		220	Bloem tarwe- patent	20,0
2447	Saus van halfvolle melk en maizena	286	Melk halfvolle	400,0
		215	Maizena	16,0
2449	Jus 25% vet ongebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem	75,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	25,0
		858	Juspoeder	9,0
2450	Jus 50% vet ongebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem	50,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	50,0
		858	Juspoeder	9,0
2451	Jus 25% vet gebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem	75,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	25,0
		858	Juspoeder	9,0
		215	Maizena	3,0
2452	Jus 25% vet gebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	75,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	25,0
		215	Maizena	3,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2453	Jus 50% vet gebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	50,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	50,0
		215	Maizena	3,0
2454	Jus 75% vet gebonden bereid z juspoeder	2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	75,0
		1885	Water gem	25,0
		215	Maizena	3,0
2455	Saus Aardappel Anders gem	1885	Water gem	46,0
		458	Saus sla- 25% olie	20,0
		64	Ui gekookt	17,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	10,0
		785	Ham schouder-	3,0
		2275	Room kook-	2,0
2456	Jus 5% vet gebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	95,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	5,0
		215	Maizena	3,0
2459	Jus 50% vet ongebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	50,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	50,0
2460	Jus 75% vet ongebonden bereid z juspoeder	2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	75,0
		1885	Water gem	25,0
2461	Jus 50% vet gebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem	50,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	50,0
		858	Juspoeder	9,0
		215	Maizena	3,0
2462	Jus 5% vet ongebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	95,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	5,0
2466	Dressing vinaigrette-	313	Olie soja-	40,0
		2615	Azijn	18,0
		824	Mosterd	2,5
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
2468	Dressing honing/mosterd-	1885	Water gem	45,0
		313	Olie soja-	24,0
		824	Mosterd	15,0
		377	Suiker kristal-	11,0
		443	Honing	4,0
		86	Eidooier kippen- gekookt	1,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2473	Pasta kruiden-/boemboe	1885	Water gem 51,0
		1484	Uitjes gefrituurd zak 42,0
		377	Suiker kristal- 7,0
2476	Koffie cappuccino vers bereid	279	Melk volle 50,0
		644	Koffie bereid 50,0
2477	Koffie cappuccino oplos- bereid	1885	Water gem 91,0
		2478	Koffie cappuccino oplos- poeder 9,0
2478	Koffie cappuccino oplos- poeder	295	Melkpoeder magere 38,0
		377	Suiker kristal- 18,0
		296	Melkpoeder volle 17,0
		2633	Koffie oplos- poeder 10,0
3243	Olie kokos- 8,0		
2483	Vruchtendrank ACE gem	2508	Vruchtendrank ACE Aldi/Kruidvat 50,0
		2638	Vruchtendrank ACE Fruxano/Super/Ta 50,0
2487	Soep op groente- en vleesbasis kant-en-klaar blik/zak/pak	800	Soep op groentebasis kant-en-klaar bli 50,0
		801	Soep op vleesbasis kant-en-klaar blik/z 50,0
2488	Soep op groente- en vleesbasis bereid pakje	798	Soep op vleesbasis bereid pakje 50,0
		797	Soep op groentebasis bereid pakje 50,0
2495	Melk chocolade- m hv melk en gezoete cacaopoeder	286	Melk halfvolle 90,0
		535	Cacaopoeder gezoet 10,0
2496	Zuiveldrank Fruitmelk Campina	286	Melk halfvolle 90,0
		383	Sap appel- 5,0
		377	Suiker kristal- 5,0
2501	Yoghurt halfvolle m vruchten	284	Yoghurt magere m vruchten 50,0
		863	Yoghurt volle m vruchten 50,0
2503	Yoghurt Griekse volle	278	Yoghurt volle 78,0
		299	Room slag- onbereid 22,0
2504	Kwark vruchten- volle	917	Kwark vruchten-/vanille- halfvolle 85,0
		299	Room slag- onbereid 12,0
		377	Suiker kristal- 3,0
2505	Fruit gedroogd op brandewijn	391	Brandewijn 750,0
		1885	Water gem 500,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2505	vervolg/continuation	377	Suiker kristal-	350,0
		175	Abrikozen gedroogd	142,0
		163	Kersen	142,0
		33	Rozijnen gedroogd	142,0
2507	Sap multivruchten-	383	Sap appel-	44,6
		410	Sap sinaasappel- gepasteuriseerd	26,4
		1462	Sap ananas-	13,3
		396	Sap druiven-	5,6
		692	Mango	4,4
		1074	Passievrucht	2,4
		148	Aardbeien	1,0
		388	Sap rode bessen-	1,0
		923	Sap peren-	0,9
		1127	Sap citroen- vers	0,5
2513	Cider	383	Sap appel-	55,0
		423	Wijn witte droge	45,0
2516	Kaas smeer- 15+ Balans ERU	517	Kaas smeer- 20+	80,0
		1885	Water gem	20,0
2519	Vla halfvolle alle smaken	477	Vla vanille- magere	50,0
		1720	Vla volle overige smaken	25,0
		282	Vla vanille- volle	25,0
2520	Pudding luchtige	286	Melk halfvolle	300,0
		299	Room slag- onbereid	100,0
		377	Suiker kristal-	100,0
		83	Ei kippen- rauw gem	50,0
		172	Fruit vers citrus- gem	23,0
		2696	Koekje bitter-	13,0
		432	Chocolade puur	12,0
		148	Aardbeien	8,5
		150	Ananas	8,0
		3451	Olie palm-	6,0
		439	Gelatine	6,0
		33	Rozijnen gedroogd	3,5
		157	Bramen	3,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,3		
2521	Pap lammetjes- bereid m volle melk	279	Melk volle	92,0
		220	Bloem tarwe- patent	8,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2525	Vet frituur- horeca	2068	Vet frituur- vloeibaar	85,0
		2069	Vet frituur- vast	15,0
2527	Biscuit hartig Sultana Crunchers	220	Bloem tarwe- patent	70,0
		317	Olie zonnebloem-	9,0
		377	Suiker kristal-	7,0
		304	Kaas strooi- Zwitserse	2,6
		2378	Tomaat zongedroogd	2,5
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,5		
2528	Croutons	565	Brood geroosterd toast	80,0
		3451	Olie palm-	10,0
		317	Olie zonnebloem-	10,0
2531	Vlokken chocolade- gem	433	Vlokken chocolade- melk	69,8
		435	Vlokken chocolade- puur	30,2
2537	Vlaflip	284	Yoghurt magere m vruchten	28,0
		863	Yoghurt volle m vruchten	27,0
		282	Vla vanille- volle	23,0
		477	Vla vanille- magere	22,0
2540	Soep noodle- bereid	1885	Water gem	200,0
		659	Pasta witte gem gekookt	60,0
		80	Bloem rijste-	25,0
		317	Olie zonnebloem-	9,5
		1904	Groenten gekookt gem	3,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,0
2541	Worst boterham- vegetarisch	2047	Gehakt fijn- vegetarisch onbereid	63,0
		1885	Water gem	17,0
		317	Olie zonnebloem-	16,0
2542	Pate/smeerleverworst vegetarisch	1885	Water gem	45,0
		317	Olie zonnebloem-	22,0
		868	Meel soja- ontvet	13,0
		358	Eiwit kippenei rauw	10,0
		220	Bloem tarwe- patent	5,0
2544	Ham vegetarisch	1458	Seitan	35,0
		1885	Water gem	20,0
		868	Meel soja- ontvet	19,0
		5041	Olie plantaardig gem	16,0
		358	Eiwit kippenei rauw	10,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2551	Croissant ham-kaas-	2818	Croissant gem	84,0
		785	Ham schouder-	8,5
		513	Kaas Goudse 48+ gem	7,5
2552	Kipcorn diepvries onbereid	1633	Kip m vel bereid	40,0
		1885	Water gem	26,0
		2081	Ontbijtproduct Cornflakes	20,0
		308	Olie arachide-	14,0
2553	Broodje kaas- v bladerdeeg	265	Bladerdeeg z roomboter, bereid	86,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	14,0
2555	Viandel onbereid Mora	1633	Kip m vel bereid	31,0
		1885	Water gem	22,0
		220	Bloem tarwe- patent	21,0
		314	Vet varkens- uitgesmolten	11,0
		1013	Paneermeel	8,0
		313	Olie soja-	5,0
		324	Worst rook- gekookt gem	2,0
2560	Appelflap z roomboter	265	Bladerdeeg z roomboter, bereid	250,0
		147	Appel z schil gem	210,0
		377	Suiker kristal-	35,0
		33	Rozijnen gedroogd	25,0
		215	Maizena	7,0
2561	Soep gebonden z vulling	1528	Bouillon van blokje bereid	1000,0
		310	Boter ongezoeten	35,0
		220	Bloem tarwe- patent	35,0
		285	Melk koffie- halfvolle	15,0
		1127	Sap citroen- vers	2,0
2568	Vlaai kruimel- m pudding	1917	Vlaaibodem Limburgse	292,0
		1469	Room banketbakkers-	280,0
		220	Bloem tarwe- patent	100,0
		375	Suiker basterd- witte	63,0
		377	Suiker kristal-	53,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	50,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
2569	Koek ontbijt- m noten en vruchten	240	Koek ontbijt-	80,0
		207	Noten gemengd ongezoeten	10,0
		33	Rozijnen gedroogd	10,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2570	Vlaai pudding- m vruchten	1917	Vlaaibodem Limburgse	292,0
		1469	Room banketbakkers-	280,0
		170	Pruimen m schil	150,0
		163	Kersen	150,0
		149	Abrikozen m schil	150,0
		147	Appel z schil gem	150,0
		375	Suiker basterd- witte	62,0
2571	Cake bitterkoekjes-	253	Cake z roomboter	90,0
		2696	Koekje bitter-	10,0
2577	Cake appel- m roomboter	1969	Cake m roomboter	60,0
		147	Appel z schil gem	40,0
2578	Pannenkoek bereid m zonnebloemolie	286	Melk halfvolle	450,0
		1020	Meel bak- zelfrijzend	250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		317	Olie zonnebloem-	40,0
2580	Jus 5% vet gebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem	95,0
		858	Juspoeder	9,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	5,0
		215	Maizena	3,0
2582	Pannenkoek volkoren bereid m marg	286	Melk halfvolle	450,0
		222	Meel volkoren tarwe-	250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	50,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	40,0
2583	Koek pinda-	258	Koekje gem	75,0
		204	Pinda's ongezouten	25,0
2588	Jus 25% vet ongebonden bereid z juspoeder	1885	Water gem	75,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	25,0
2595	Candybar KitKat	252	Biscuit	34,0
		431	Chocolade melk-	33,0
		432	Chocolade puur	33,0
2605	Dressing olijfolie-azijn	601	Olie olijf-	40,0
		2615	Azijn	18,0
		824	Mosterd	2,5
2607	Koekje m noten en chocolade	2405	Koekje chocolate chip cookie	90,0
		207	Noten gemengd ongezouten	10,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2612	Tapenade van olijven	137	Olijven groen in water blik/glas 56,0
		601	Olie olijf- 13,0
		317	Olie zonnebloem- 13,0
		1885	Water gem 6,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik 5,0
		377	Suiker kristal- 5,0
		830	Knoflook rauw 1,0
		1588	Ansjovis in olie blik 1,0
2614	Salsa tomatendipsaus	428	Saus barbecue- 60,0
		1885	Water gem 40,0
2617	Broodje bapao vlees	248	Brood wit- water 50,0
		1296	Varkensvlees 5-14 g vet rauw 10,0
		2336	Rundvlees gem rauw 10,0
		1305	Kip z vel rauw 10,0
		377	Suiker kristal- 6,0
		64	Ui gekookt 6,0
		1215	Ketjap zoet 5,0
		313	Olie soja- 3,0
2622	Taart appel- van zandtaartdeeg m roomboter	147	Appel z schil gem 600,0
		220	Bloem tarwe- patent 160,0
		310	Boter ongezoeten 120,0
		375	Suiker basterd- witte 120,0
		33	Rozijnen gedroogd 75,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 50,0
		286	Melk halfvolle 15,0
		215	Maizena 7,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 1,5
2639	Smoothie vruchten	2507	Sap multivruchten- 50,0
		1242	Vruchten op eigen sap blik/glas 50,0
2640	Smoothie vruchten m zuivel	2507	Sap multivruchten- 89,0
		301	Yoghurt magere 11,0
2644	Vruchtendrank Roosvicee 50/50	1885	Water gem 73,4
		2507	Sap multivruchten- 25,0
		377	Suiker kristal- 1,6
2647	Koffie automaat- met suiker en melk	644	Koffie bereid 94,0
		377	Suiker kristal- 4,0
		274	Creamer koffie- 2,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2648	Koffie automaat- met melk	644	Koffie bereid 98,0
		274	Creamer koffie- 2,0
2650	Jus zonder vet bereid m juspoeder	1885	Water gem 100,0
		858	Juspoeder 9,0
2653	Wafel rijst- gekruid	1481	Wafel rijst- naturel met (zee)zout 75,0
		630	Popcorn gepoft z olie naturel 15,0
		317	Olie zonnebloem- 4,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem 2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0
2658	Pasta duo- z chocolade	377	Suiker kristal- 62,0
		5041	Olie plantaardig gem 20,0
		3451	Olie palm- 14,0
		296	Melkpoeder volle 4,0
2661	Wafel Luikse-	2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 250,0
		377	Suiker kristal- 250,0
		1020	Meel bak- zelfrijzend 250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 200,0
2662	Wafel zachte/suiker-/flash-	1020	Meel bak- zelfrijzend 500,0
		377	Suiker kristal- 320,0
		310	Boter ongezoeten 250,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 200,0
		286	Melk halfvolle 150,0
		313	Olie soja- 150,0
2675	Muesli krokante m noten	2366	Muesli krokante naturel/m fruit 88,0
		207	Noten gemengd ongezoeten 12,0
2676	Muesli krokante m chocolade	2366	Muesli krokante naturel/m fruit 88,0
		432	Chocolade puur 12,0
2677	Muesli krokante m noten en chocolade	2366	Muesli krokante naturel/m fruit 87,0
		432	Chocolade puur 8,0
		207	Noten gemengd ongezoeten 5,0
2678	Zuivelspread naturel/kruiden	728	Kaas room- zachte Boursin 54,0
		279	Melk volle 46,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2679	Zuivelspread naturel/kruiden light	1489	Kaas verse light 8% vet	50,0
		279	Melk volle	30,0
		299	Room slag- onbereid	20,0
2682	Rijst meergranen- gekookt	1885	Water gem	60,0
		2049	Rijst meergranen- rauw	40,0
2683	Ontbijtproduct Coco pops Chocos Kellogg's	222	Meel volkoren tarwe-	64,0
		377	Suiker kristal-	29,0
		430	Cacaopoeder	6,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
2684	Ontbijtproduct Special K chocolade Kellogg's	5	Rijst witte rauw	39,0
		222	Meel volkoren tarwe-	31,0
		377	Suiker kristal-	10,0
		431	Chocolade melk-	7,0
		432	Chocolade puur	7,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0		
2685	Abrikozen gedroogd geweekt	175	Abrikozen gedroogd	56,0
		1885	Water gem	44,0
2686	Appelmoes z suiker m zoetstof blik/ glas	1182	Appelmoes z suiker blik/glas	810,0
		1885	Water gem	100,0
2696	Koekje bitter-	377	Suiker kristal-	600,0
		5175	Bonen witte gekookt	135,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter	135,0
		358	Eiwit kippenei rauw	35,0
		80	Bloem rijste-	1,0
2698	Cake chocolade- z roomboter	253	Cake z roomboter	87,0
		375	Suiker basterd- witte	9,0
		430	Cacaopoeder	4,0
2703	Brood volkoren- gem m diverse zaden	246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
2704	Brood tarwe- m diverse zaden	236	Brood tarwe-	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2707	Brood mais- m zonnebloempitten	2785	Brood mais- 705,0
		872	Zonnebloempitten 95,0
2710	Kool rode m appeltjes blik/glas	42	Kool rode gekookt 85,0
		377	Suiker kristal- 10,0
		147	Appel z schil gem 5,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad- 0,3
2715	Meringue	377	Suiker kristal- 60,0
		358	Eiwit kippenei rauw 40,0
2721	Donut m glazuur	1473	Donut ongevuld 90,0
		5122	Glazuur suiker- 10,0
2722	Wafel Luikse m chocolade	2661	Wafel Luikse- 87,0
		432	Chocolade puur 13,0
2734	Tomaat rauw gem	2732	Tomaat vlees- rauw 25,0
		2731	Tomaat kers- rauw 25,0
		2730	Tomaat tros- rauw 25,0
		60	Tomaat gewoon rauw 25,0
2735	Tomaat gekookt gem	2733	Tomaat vlees- gekookt 50,0
		61	Tomaat gewoon gekookt 50,0
2742	Paprika rauw gem	884	Paprika rode rauw 52,3
		2740	Paprika gele rauw 26,2
		31	Paprika groene rauw 21,6
2743	Paprika gekookt gem	885	Paprika rode gekookt 56,8
		2741	Paprika gele gekookt 21,9
		32	Paprika groene gekookt 21,3
2786	Brood tarwe/volkoren- gem m pompoenpitten	236	Brood tarwe- 352,5
		2811	Brood volkoren- fijn 176,3
		2782	Brood volkoren- grof 176,3
		2806	Pompoenpitten 95,0
2787	Brood tarwe/volkoren- gem m zonnebloempitten	236	Brood tarwe- 352,5
		2811	Brood volkoren- fijn 176,3
		2782	Brood volkoren- grof 176,3
		872	Zonnebloempitten 95,0
2791	Stol m spijs z noten	244	Brood rozijnen- 665,0
		2807	Spijs gem 135,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2792	Stol m spijs m noten	244	Brood rozijnen- 615,0
		2807	Spijs gem 135,0
		207	Noten gemengd ongezoeten 50,0
2810	Wafel stroop- z roomboter	378	Stroop keuken- 540,0
		220	Bloem tarwe- patent 500,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 250,0
		375	Suiker basterd- witte 150,0
		286	Melk halfvolle 50,0
		950	Gist vers 50,0
84	Ei kippen- gekookt gem 50,0		
2812	Brood krenten/rozijnen m spijs	244	Brood rozijnen- 325,0
		233	Brood krenten- 325,0
		2807	Spijs gem 150,0
2813	Brood rozijnen-krenten gem	244	Brood rozijnen- 100,0
		233	Brood krenten- 100,0
2814	Brood rozijnen- met spijs	244	Brood rozijnen- 650,0
		2807	Spijs gem 150,0
2815	Brood tijger- bruin	236	Brood tarwe- 750,0
		2808	Tijgerpap 50,0
2816	Brood tijger- wit	248	Brood wit- water 750,0
		2808	Tijgerpap 50,0
2817	Stol m spijs gem m en z noten	2791	Stol m spijs z noten 100,0
		2792	Stol m spijs m noten 100,0
2818	Croissant gem	2802	Croissant z roomboter 100,0
		2801	Croissant roomboter- 100,0
2821	Brood tarwe- m pompoenpitten	236	Brood tarwe- 705,0
		2806	Pompoenpitten 95,0
2823	Yoghurt volle stracciatella	278	Yoghurt volle 80,0
		377	Suiker kristal- 12,0
		299	Room slag- onbereid 6,0
		432	Chocolade puur 2,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2824	Kaas 30+ minder zout gem	3169	Kaas 30+ minder zout jong belegen 43,0
		3170	Kaas 30+ minder zout belegen 29,0
		3168	Kaas 30+ minder zout jong 28,0
2826	Kipschnitzel saté gepaneerd rauw	1634	Kipfilet rauw 45,0
		1913	Saus sate- huishoudelijk bereid m watr 23,0
		1013	Paneermeel 20,0
		1885	Water gem 10,0
		317	Olie zonnebloem- 2,0
2827	Varkensschnitzel sate gepaneerd rauw	1668	Varkensvlees 5-14 g vet rauw gem 45,0
		1913	Saus sate- huishoudelijk bereid m watr 23,0
		1013	Paneermeel 20,0
		1885	Water gem 10,0
		317	Olie zonnebloem- 2,0
2828	Likeur met room 15-25 vol% alc	299	Room slag- onbereid 33,0
		421	Whisky 22,0
		1885	Water gem 18,0
		377	Suiker kristal- 16,0
		403	Likeur 15-25 vol% alc 11,0
2829	Chocoladereep gevuld Kinder	431	Chocolade melk- 33,0
		3451	Olie palm- 24,0
		377	Suiker kristal- 24,0
		295	Melkpoeder magere 18,0
2830	Croissant kaas-	2818	Croissant gem 92,5
		513	Kaas Goudse 48+ gem 7,5
2832	Cake chocolade- m roomboter	1969	Cake m roomboter 87,0
		375	Suiker basterd- witte 9,0
		430	Cacaopoeder 4,0
2834	Aardappelbolletjes/-wafeltjes ed diepvries onbereid	982	Aardappelen z schil gekookt gem 93,6
		317	Olie zonnebloem- 5,2
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0
		377	Suiker kristal- 0,1
2835	Ijskoffie	279	Melk volle 50,0
		286	Melk halfvolle 25,0
		644	Koffie bereid 18,0
		377	Suiker kristal- 7,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2836	Worst grill- met kaas	2997	Worst grill-	87,0
		513	Kaas Goudse 48+ gem	13,0
2837	Bier met vruchtensmaak	390	Bier pils	84,0
		2507	Sap multivruchten-	16,0
2840	Kool rode m appeltjes huishoudelijk bereid	42	Kool rode gekookt	500,0
		147	Appel z schil gem	240,0
		377	Suiker kristal-	20,0
		310	Boter ongezoeten	10,0
2863	Taart appel-noten	251	Taart appel- van zandtaartdeeg z roor	50,0
		2432	Taart noten-	50,0
2869	Beignet appel-	147	Appel z schil gem	420,0
		317	Olie zonnebloem-	190,0
		286	Melk halfvolle	175,0
		220	Bloem tarwe- patent	125,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		377	Suiker kristal-	15,0
		950	Gist vers	6,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,0		
2880	Koffie wiener melange oplos poeder	377	Suiker kristal-	46,0
		296	Melkpoeder volle	40,0
		2633	Koffie oplos- poeder	11,0
		430	Cacaopoeder	3,0
2881	Koffie wiener melange oplos bereid	1885	Water gem	125,0
		2880	Koffie wiener melange oplos poeder	15,0
2885	Cranberrycompote gezoet	159	Cranberry vers	45,0
		377	Suiker kristal-	30,0
		1885	Water gem	25,0
2891	Koek Jode-	220	Bloem tarwe- patent	200,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	150,0
		375	Suiker basterd- witte	100,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	2,0
2892	Wafel penny-	2699	Frou frou	78,0
		431	Chocolade melk-	22,0
2893	Cake Indische	220	Bloem tarwe- patent	40,0
		377	Suiker kristal-	30,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2893	vervolg/continuation	1885	Water gem 22,0
		2062	Margarine 80% vet < 24 g verz vetz ge: 8,0
2899	Balkenbrij	1528	Bouillon van blokje bereid 52,0
		208	Meel boekweit- 16,0
		343	Spek vers vet rauw 10,0
		1411	Runderschenkel rauw 10,0
		1560	Lever varkens- bereid 5,0
		185	Krenten gedroogd 3,0
		33	Rozijnen gedroogd 3,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0		
2922	Aardappelen vastkokend z schil gekookt gem	2744	Aardappelen Nicola z schil gekookt 50,0
		2746	Aardappelen Red Baron z schil gekookt 50,0
2932	Soep 1-kops bereid	797	Soep op groentebasis bereid pakje 62,5
		798	Soep op vleesbasis bereid pakje 36,5
		3451	Olie palm- 1,0
2933	Koek eier- volkoren/meergranen	377	Suiker kristal- 155,0
		84	Ei kippen- gekookt gem 150,0
		222	Meel volkoren tarwe- 80,0
		220	Bloem tarwe- patent 70,0
		215	Maizena 30,0
		841	Zout met toegevoegd jodium 2,0
2942	Pizza m kaas en groenten diepvries onbereid	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige 51,0
		2293	Tomaat in blik 18,0
		511	Kaas Edammer 40+ 9,5
		1955	Kaas Mozzarella gemaakt van koemelk 8,0
		52	Spinazie gekookt 4,5
		20	Champignon gekookt 2,0
		317	Olie zonnebloem- 2,0
		1393	Ui gebakken 1,0
		724	Kaas Emmentaler 1,0
		1939	Kaas blauwschimmel Gorgonzola 1,0
		377	Suiker kristal- 1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,8
		885	Paprika rode gekookt 0,5
		920	Broccoli gekookt 0,5
		725	Kaas Cheddar 0,5
		966	Courgette gekookt 0,5
		11	Aubergine gekookt 0,5
2178	Pesto groene 0,5		
32	Paprika groene gekookt 0,5		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
2943	Pizza m vlees diepvries onbereid	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige) 55,0
		2293	Tomaat in blik 17,0
		1955	Kaas Mozzarella gemaakt van koemelk 6,0
		511	Kaas Edammer 40+ 6,0
		328	Ham rauwe 3,0
		1391	Spek mager bereid 3,0
		64	Ui gekookt 2,0
		1601	Gehaktbal runder- z ei gebakken 2,0
		1635	Kip z vel bereid 2,0
		20	Champignon gekookt 1,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge: 1,0
		377	Suiker kristal- 1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,8
		885	Paprika rode gekookt 0,5
2944	Pizza m vis diepvries onbereid	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige) 50,0
		1589	Tonijn in olie blik 12,5
		2293	Tomaat in blik 12,0
		1955	Kaas Mozzarella gemaakt van koemelk 6,0
		511	Kaas Edammer 40+ 6,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik 5,0
		64	Ui gekookt 4,0
		317	Olie zonnebloem- 2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,0
		377	Suiker kristal- 1,0
2945	Pizza salami diepvries onbereid	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige) 50,0
		2293	Tomaat in blik 20,0
		1152	Worst salami 11,0
		1955	Kaas Mozzarella gemaakt van koemelk 6,0
		511	Kaas Edammer 40+ 6,0
		317	Olie zonnebloem- 2,0
		20	Champignon gekookt 1,0
		377	Suiker kristal- 1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,8
		885	Paprika rode gekookt 0,5
		1393	Ui gebakken 0,5
		966	Courgette gekookt 0,5
		32	Paprika groene gekookt 0,5
57	Mais suiker- gekookt 0,5		
2946	Pizza hawaii diepvries onbereid	1914	Brooddeeg (bodem voor pizza/hartige) 55,0
		2293	Tomaat in blik 13,0
		177	Ananas op siroop blik/glas 10,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2946	vervolg/continuation	784	Ham achter-	8,0
		1955	Kaas Mozzarella gemaakt van koemelk	6,0
		511	Kaas Edammer 40+	6,0
		317	Olie zonnebloem-	2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,8
2947	Rolmops	1100	Haring in (zoet)zuur	80,0
		132	Augurk zoetzuur	20,0
2948	Salade ei- maaltijd	982	Aardappelen z schil gekookt gem	47,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	23,0
		451	Mayonaise	8,0
		72	Wortel gekookt gem	6,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	6,0
		132	Augurk zoetzuur	4,0
		377	Suiker kristal-	3,0
		64	Ui gekookt	2,0
135	Doperwten zeer fijn/extra fijn blik/glas	2,0		
2949	Salade zalm- maaltijd	982	Aardappelen z schil gekookt gem	55,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	12,0
		1610	Zalm kweek- bereid in magnetron z to	10,0
		1885	Water gem	7,0
		72	Wortel gekookt gem	5,0
		132	Augurk zoetzuur	5,0
		377	Suiker kristal-	4,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,1
		462	Ketchup tomaten-	0,5
		824	Mosterd	0,5
		1127	Sap citroen- vers	0,5
		86	Eidooier kippen- gekookt	0,3
215	Maizena	0,3		
2950	Salade vlees- maaltijd	982	Aardappelen z schil gekookt gem	55,0
		1666	Rundvlees >10 g vet bereid gem	15,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	7,0
		1885	Water gem	6,0
		72	Wortel gekookt gem	4,0
		132	Augurk zoetzuur	4,0
		377	Suiker kristal-	4,0
		64	Ui gekookt	2,0
		135	Doperwten zeer fijn/extra fijn blik/glas	2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,9
		86	Eidooier kippen- gekookt	0,5
215	Maizena	0,5		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
2950	vervolg/continuation	824	Mosterd	0,5
		1127	Sap citroen- vers	0,5
2951	Nuggets vegetarisch onbereid	1885	Water gem	30,0
		868	Meel soja- ontvet	23,0
		358	Eiwit kippenei rauw	20,0
		5041	Olie plantaardig gem	15,0
		220	Bloem tarwe- patent	12,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
2952	Kruidnoten m chocolade gem	2701	Kruidnoten m chocolade witte	100,0
		2687	Kruidnoten m chocolade puur	100,0
		2688	Kruidnoten m chocolade melk-	100,0
2954	Appeltjes gedroogd geweekt	1885	Water gem	71,0
		178	Appeltjes gedroogd	29,0
2955	Peren gedroogd geweekt	1885	Water gem	71,0
		187	Peren gedroogd	29,0
2956	Pruimen gedroogd geweekt	1885	Water gem	71,0
		190	Pruimen gedroogd	29,0
2957	Tuttifrutti gedroogd geweekt	1885	Water gem	61,0
		192	Tuttifrutti gedroogd	37,0
2994	Falafel onbereid	1095	Erwten kikker- gekookt	40,0
		1885	Water gem	16,0
		64	Ui gekookt	15,0
		226	Meel aardappel-	10,0
		1013	Paneermeel	10,0
		317	Olie zonnebloem-	8,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0		
3009	Shandy	400	Frisdrank z cafeine	90,0
		390	Bier pils	10,0
3036	Jus 75% vet gebonden bereid m juspoeder	2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	75,0
		1885	Water gem	25,0
		858	Juspoeder	9,0
		215	Maizena	3,0
3037	Jus 75% vet ongebonden bereid m juspoeder	2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g	75,0
		1885	Water gem	25,0
		858	Juspoeder	9,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
3038	Jus 5% vet ongebonden bereid m juspoeder	1885	Water gem 95,0
		858	Juspoeder 9,0
		2066	Bak- en braadvet vloeib 97% vet <17g 5,0
3050	Pap haverhout- bereid m hv melk ongezoet	286	Melk halfvolle 1000,0
		213	Mout haver- 80,0
3052	Boterproduct melange ongezouten Campina Botergoud	310	Boter ongezouten 67,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad- 20,0
		289	Melk karne- 13,0
3060	Appelflap m roomboterbladerdeeg	3076	Bladerdeeg m roomboter, bereid 250,0
		147	Appel z schil gem 210,0
		377	Suiker kristal- 35,0
		33	Rozijnen gedroogd 25,0
		215	Maizena 7,0
3067	Snoepje room- hard	377	Suiker kristal- 83,0
		299	Room slag- onbereid 12,0
		310	Boter ongezouten 5,0
3069	Groente soep- gekookt	72	Wortel gekookt gem 90,0
		64	Ui gekookt 81,0
		37	Prei gekookt 81,0
		26	Selderij knol- gekookt 43,0
3072	Gefrituurde peulvruchtensnack Bara Surinaams	3073	Bonen mung- gekookt 625,0
		1020	Meel bak- zelfrijzend 450,0
		317	Olie zonnebloem- 118,0
		64	Ui gekookt 77,0
		2524	Peper Spaanse rauw 20,0
830	Knoflook rauw 10,0		
3075	Kaassouffle bereid m vlb frituurvet	1488	Kaassouffle diepvries onbereid 100,0
		2525	Vet frituur- horeca 10,0
3084	Vleeswaren 10-20 g vet excl leverprod gem	566	Worst knak- blik/glas 53,6
		319	Cornedbeef 17,2
		641	Bacon 7,8
		2304	Worst cervelaat- magere 5,7
		3003	Worst knak- runder blik/glas 5,4
		338	Pekelvlees 4,6
1774	Worst tongen- 4,5		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
3084	vervolg/continuation	2303	Worst gekookte magere	0,7
		2306	Worst boterham- magere	0,4
3138	Saus ketjap-	377	Suiker kristal-	57,0
		1885	Water gem	34,0
		1215	Ketjap zoet	8,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,7
		313	Olie soja-	0,1
3175	Salade coleslaw	69	Kool witte rauw	45,0
		2605	Dressing olijfolie-azijn	25,0
		71	Wortel rauw gem	22,0
		63	Ui rauw	7,0
		458	Saus sla- 25% olie	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,5
3201	Yoghurtdrink Ayran Turks	278	Yoghurt volle	600,0
		1885	Water gem	400,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	3,0
3207	Hummus naturel	3185	Erwten kikker- blik/glas	32,0
		1885	Water gem	26,0
		308	Olie arachide-	17,0
		1461	Pasta sesam- tahin	14,0
		1369	Kikkererwten geroosterd leblebi Turks	10,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
3209	Brood volkoren- fijn m diverse zaden	2811	Brood volkoren- fijn	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
3210	Brood volkoren- fijn m zonnebloempitten	2811	Brood volkoren- fijn	705,0
		872	Zonnebloempitten	95,0
3211	Brood volkoren- grof m diverse zaden	2782	Brood volkoren- grof	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
3212	Brood volkoren- grof m zonnebloempitten	2782	Brood volkoren- grof	705,0
		872	Zonnebloempitten	95,0
3213	Brood volkoren- grof m pompoenpitten	2782	Brood volkoren- grof	705,0
		2806	Pompoenpitten	95,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
3218	Vruchtendrank appelnectar	383	Sap appel- 50,0
		1885	Water gem 46,5
		377	Suiker kristal- 3,5
3222	Pesto rode	141	Puree tomaten- geconcentreerd blik 30,8
		317	Olie zonnebloem- 27,7
		2377	Tomaat gedroogd in olie blik/glas, uitg 12,5
		2498	Tomaat gezeefd pak 12,5
		1809	Kaas 45+ 8,8
		601	Olie olijf- 1,8
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 1,8
		2177	Basilicum vers 1,8
		199	Noten cashew- ongezouten 1,8
		830	Knoflook rauw 0,3
2176	Pijnboompitten 0,3		
3224	Groente roerbak- Hollandse gekookt	920	Broccoli gekookt 19,0
		37	Prei gekookt 16,0
		72	Wortel gekookt gem 16,0
		64	Ui gekookt 11,0
		2741	Paprika gele gekookt 11,0
		15	Kool bloem- gekookt 7,0
		966	Courgette gekookt 7,0
		13	Selderij bleek- gekookt 6,0
		885	Paprika rode gekookt 5,0
		951	Bonen sperzie- gekookt 3,0
3225	Groente roerbak- Italiaanse gekookt	37	Prei gekookt 26,0
		64	Ui gekookt 18,0
		966	Courgette gekookt 17,0
		72	Wortel gekookt gem 17,0
		885	Paprika rode gekookt 14,0
		920	Broccoli gekookt 4,0
		2743	Paprika gekookt gem 4,0
32	Paprika groene gekookt 1,0		
3226	Groente roerbak- Oosterse gekookt	70	Kool witte gekookt 25,0
		37	Prei gekookt 21,0
		64	Ui gekookt 10,0
		59	Tauge gekookt 10,0
		32	Paprika groene gekookt 9,0
		885	Paprika rode gekookt 8,0
		54	Kool spits- gekookt 7,0
72	Wortel gekookt gem 5,0		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
3226	vervolg/continuation	951	Bonen sperzie- gekookt	3,0
		2524	Peper Spaanse rauw	1,0
3228	Noodles instant bereid	659	Pasta witte gem gekookt	82,5
		5041	Olie plantaardig gem	10,0
		2671	Mix voor nasi/bami onbereid	7,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,5
3229	Salade kip-sate- lunch/borrel	1392	Kipfilet bereid	23,4
		1885	Water gem	18,6
		70	Kool witte gekookt	14,0
		5041	Olie plantaardig gem	11,0
		377	Suiker kristal-	11,0
		204	Pinda's ongezouten	8,5
		616	Saus sate- kant-en-klaar bereid	8,0
		226	Meel aardappel-	2,5
		2615	Azijn	2,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0		
3230	Salade zalm- lunch/borrel	1610	Zalm kweek- bereid in magnetron z to	27,0
		5041	Olie plantaardig gem	25,8
		1885	Water gem	22,9
		84	Ei kippen- gekookt gem	8,0
		1096	Zalm gerookt	6,8
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	3,0
		377	Suiker kristal-	2,8
		226	Meel aardappel-	2,4
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,3
3231	Salade tonijn- lunch/borrel	3070	Tonijn bereid z vet	41,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	23,0
		1885	Water gem	13,0
		131	Augurk zuur	9,0
		377	Suiker kristal-	4,0
		226	Meel aardappel-	3,0
		86	Eidooier kippen- gekookt	2,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	2,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	2,0
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0		
3232	Salade krab- lunch/borrel	3252	Surimi	26,5
		1885	Water gem	24,4
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	22,0
		351	Krab in water blik	9,8
		919	Koolvis (Atlantisch) gekookt	4,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
3232	vervolg/continuation	377	Suiker kristal-	4,0
		215	Maizena	3,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	3,0
		86	Eidooier kippen- gekookt	2,5
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,8
3233	Salade garnalen- lunch/borrel	3320	Garnalen roze gekookt	37,0
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	25,0
		1885	Water gem	12,0
		1808	Creme fraiche	6,0
		215	Maizena	6,0
		377	Suiker kristal-	5,0
		2615	Azijn	4,0
		86	Eidooier kippen- gekookt	2,0
		3252	Surimi	2,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
1127	Sap citroen- vers	1,0		
3235	Popcorn gepoft z olie m zout	630	Popcorn gepoft z olie naturel	98,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,4
3236	Brood stok- wit m kruidenboter kant-	2793	Brood stok- wit	83,5
		3241	Boter kruiden-	16,5
3237	Oliebol ongevuld	286	Melk halfvolle	250,0
		220	Bloem tarwe- patent	250,0
		317	Olie zonnebloem-	48,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	25,0
		950	Gist vers	13,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	5,0
3238	Brownie ongevuld	377	Suiker kristal-	600,0
		84	Ei kippen- gekookt gem	250,0
		2063	Margarine 80% vet > 24 g verz vetz ge:	250,0
		432	Chocolade puur	250,0
		220	Bloem tarwe- patent	200,0
		841	Zout met toegevoegd jodium	2,0
3245	Muisjes gestampte/roze&witte/blauw	377	Suiker kristal-	85,0
		5156	Anijszaad	15,0
3246	Vlokken chocolade- mix wit en puur	3355	Vlokken chocolade- wit	50,0
		435	Vlokken chocolade- puur	50,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
3250	Pasta glutenvrij gekookt Schar	1885	Water gem	150,0
		2271	Pasta glutenvrij rauw Schar	100,0
3251	Pasta vezelrijk Honig gekookt	1885	Water gem	150,0
		3191	Pasta vezelrijk Honig rauw	100,0
3254	Groente roerbak- Champignon gekookt	37	Prei gekookt	34,0
		20	Champignon gekookt	30,0
		64	Ui gekookt	19,0
		966	Courgette gekookt	5,0
		885	Paprika rode gekookt	4,0
		72	Wortel gekookt gem	4,0
		128	Peterselie vers	2,0
13	Selderij bleek- gekookt	2,0		
3267	Bier Radler	1885	Water gem	50,0
		390	Bier pils	40,0
		377	Suiker kristal-	5,0
		1127	Sap citroen- vers	3,0
		410	Sap sinaasappel- gepasteuriseerd	2,0
3324	Vleeswaren Na-	1155	Gehakt gebraden (vleeswaar)	100,0
		2654	Kipfilet (vleeswaar)	100,0
		3001	Kalkoenfilet (vleeswaar)	100,0
		785	Ham schouder-	100,0
		2303	Worst gekookte magere	100,0
3326	Brood volkoren- fijn m pompoenpitten	2811	Brood volkoren- fijn	705,0
		2806	Pompoenpitten	95,0
3327	Brood tarwe/volkoren- gem	236	Brood tarwe-	100,0
		246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	100,0
3328	Brood tarwe/volkoren- gem m diverse zaden	236	Brood tarwe-	352,5
		246	Brood volkoren- gem v fijn en grof	352,5
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
3336	Olijven gem in water blik/glas	3221	Olijven zwart in water blik/glas	50,0
		137	Olijven groen in water blik/glas	50,0
3343	Saus chili-	1885	Water gem	40,9
		377	Suiker kristal-	33,4
		2524	Peper Spaanse rauw	9,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
3343	vervolg/continuation	884	Paprika rode rauw	9,0
		215	Maizena	2,3
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	2,3
		830	Knoflook rauw	1,5
		63	Ui rauw	1,5
3349	Saus bolognese- kant-en-klaar glas	2735	Tomaat gekookt gem	47,0
		141	Puree tomaten- geconcentreerd blik	13,0
		1540	Gehakt runder- rul gebakken	11,0
		64	Ui gekookt	7,0
		72	Wortel gekookt gem	7,0
		1555	Gehakt varkens- gebakken	4,0
		377	Suiker kristal-	4,0
		1885	Water gem	3,5
		26	Selderij knol- gekookt	2,0
		5041	Olie plantaardig gem	2,0
		215	Maizena	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	1,0
		830	Knoflook rauw	0,5
3356	Kaas Heks'n	3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	28,4
		1885	Water gem	23,2
		1905	Groenten rauw gem	15,3
		719	Kaas room- zachte Mon Chou	15,3
		377	Suiker kristal-	7,8
		830	Knoflook rauw	2,0
		2615	Azijn	2,0
		85	Eidooier kippen- rauw	2,0
		128	Peterselie vers	2,0
		824	Mosterd	2,0
3373	Broodje frikandel- bladerdeegbasis	265	Bladerdeeg z roomboter, bereid	55,5
		322	Frikandel bereid m vloeibaar frituurvet	36,0
		584	Ketchup curry-	8,5
3378	Pinda's omhuld met chocolade melk-	431	Chocolade melk-	50,0
		204	Pinda's ongezoeten	30,0
5039	Koffie latte macchiato vers bereid	279	Melk volle	75,0
		644	Koffie bereid	25,0
5040	Brood tijger- volkoren	2811	Brood volkoren- fijn	750,0
		2808	Tijgerpap	50,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
5041	Olie plantaardig gem	317	Olie zonnebloem-	44,5
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	25,5
		3451	Olie palm-	14,0
		601	Olie olijf-	9,5
		3243	Olie kokos-	6,5
5042	Drop met schuim	2659	Snoep schuim-/gum-	50,0
		522	Drop zoete	50,0
5043	Brood mais- m diverse zaden	2785	Brood mais-	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
5044	Brood wit- gem m diverse zaden	2351	Brood wit- gem van melk- en waterwit	705,0
		2806	Pompoenpitten	32,0
		867	Lijnzaad	32,0
		872	Zonnebloempitten	32,0
5054	Thee automaat- met suiker	645	Thee bereid	130,0
		377	Suiker kristal-	5,0
5059	Koffie automaat- met suiker	644	Koffie bereid	130,0
		377	Suiker kristal-	5,0
5062	Soep tomaten- met vermicelli	2735	Tomaat gekookt gem	49,9
		1885	Water gem	44,9
		82	Vermicelli rauw	2,7
		128	Peterselie vers	1,2
		429	Bouillonblokje	0,9
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,4		
5068	Bier Radler alcoholvrij	1885	Water gem	50,0
		1519	Bier alcoholvrij <0,1 vol% alcohol	40,0
		377	Suiker kristal-	5,0
		1127	Sap citroen- vers	3,0
		410	Sap sinaasappel- gepasteuriseerd	2,0
5072	Rijst noten- rauw	5	Rijst witte rauw	64,5
		192	Tutti-frutti gedroogd	12,0
		2806	Pompoenpitten	10,5
		872	Zonnebloempitten	8,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter	5,0

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
5074	Salade kaas- lunch/borrel	466	Saus frites- 35% olie 53,1
		2759	Kaas Goudse 48+ oud 30,3
		3449	Olie koolzaad-/raapzaad- 9,5
		824	Mosterd 7,1
5064	Kikkers/muizen fondant met chocolade	377	Suiker kristal- 79,0
		432	Chocolade puur 12,4
		1885	Water gem 8,6
5082	Vruchtendrank sap met water	1885	Water gem 46,0
		383	Sap appel- 26,0
		410	Sap sinaasappel- gepasteuriseerd 16,0
		396	Sap druiven- 9,0
		2507	Sap multivruchten- 3,0
5083	Koek ontbijt- m chocolade	240	Koek ontbijt- 93,0
		431	Chocolade melk- 7,0
5091	Chocolade gevuld met karamel Rolo	3067	Snoepje room- hard 51,0
		431	Chocolade melk- 49,0
5100	Tapenade van tomaten	2377	Tomaat gedroogd in olie blik/glas, uitg 48,0
		317	Olie zonnebloem- 19,0
		60	Tomaat gewoon rauw 9,3
		413	Sap tomaten- 7,0
		1885	Water gem 7,0
		377	Suiker kristal- 7,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 2,2
		830	Knoflook rauw 0,6
5116	Drink amandel- Alpro Original	1885	Water gem 94,9
		377	Suiker kristal- 3,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 2,0
		2953	Zout zee- 0,1
5119	Drink amandel- ongezoet Alpro	1885	Water gem 97,9
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 2,0
		2953	Zout zee- 0,1
5120	Kiwi gem	1056	Kiwi groene 88,0
		3219	Kiwi gele 12,0
5121	Guacamole	689	Avocado 71,5
		60	Tomaat gewoon rauw 14,7
		63	Ui rauw 5,8

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
5121	vervolg/continuation	1808	Creme fraiche	4,4
		1127	Sap citroen- vers	1,5
		2524	Peper Spaanse rauw	1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,6
		830	Knoflook rauw	0,5
5122	Glazuur suiker-	5089	Suiker poeder-	89,3
		1885	Water gem	10,7
5127	Boterproduct melange gezouten	2065	Margarineproduct 70% vet >17 g verz	78,0
		310	Boter ongezouten	22,0
5128	Ontbijtproduct Choco moons Crownfield	222	Meel volkoren tarwe-	52,0
		377	Suiker kristal-	20,6
		80	Bloem rijste-	10,0
		696	Meel mais-	10,0
		430	Cacaopoeder	6,9
3449	Olie koolzaad-/raapzaad-	0,5		
5133	Ontbijtproduct Honey hoops Crownfield	1890	Gerst hele korrel rauw	14,6
		696	Meel mais-	14,6
		712	Rijst zilvervlies- rauw	14,6
		222	Meel volkoren tarwe-	14,6
		377	Suiker kristal-	14,6
		213	Mout haver-	14,6
		443	Honing	3,9
		374	Suiker basterd- bruine	3,9
		220	Bloem tarwe- patent	3,9
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,7		
5134	Ontbijtproduct Chocoschelpjes Perfekt-Markant	220	Bloem tarwe- patent	66,0
		535	Cacaopoeder gezoet	25,0
		377	Suiker kristal-	4,1
		317	Olie zonnebloem-	4,1
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,8		
5135	Ontbijtproduct Choco chocos Plus	80	Bloem rijste-	36,0
		220	Bloem tarwe- patent	36,0
		535	Cacaopoeder gezoet	21,0
		317	Olie zonnebloem-	3,1
		377	Suiker kristal-	3,1
2819	Zout zonder toegevoegd jodium	0,8		

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient	
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient Gram
5141	Tzatziki	2503	Yoghurt Griekse volle 71,2
		27	Komkommer z schil rauw 20,0
		317	Olie zonnebloem- 6,0
		830	Knoflook rauw 1,0
		215	Maizena 1,0
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,8
5144	Gehaktbal vegetarisch onbereid De Vegetarische Slager	687	Tahoe bereid zonder vet 70,0
		64	Ui gekookt 12,3
		3451	Olie palm- 10,1
		215	Maizena 7,6
5149	Meel pannenkoek- meergranen	220	Bloem tarwe- patent 70,0
		222	Meel volkoren tarwe- 30,0
5152	Ijs room- met karamel en noten	303	Ijs room/vanille- 86,0
		2873	Dessertsaus karamel- 12,0
		207	Noten gemengd ongezoeten 2,0
5160	Rijst noten- gekookt	658	Rijst witte gekookt 82,5
		192	Tutti-frutti gedroogd 6,0
		2806	Pompoenpitten 5,0
		872	Zonnebloempitten 4,0
		198	Noten amandelen z vliesje ongezoeter 2,5
5164	Ontbijtproduct honingringetjes 1 de Beste	220	Bloem tarwe- patent 47,0
		377	Suiker kristal- 19,9
		213	Mout haver- 16,0
		590	Zemelen tarwe- 10,0
		443	Honing 6,0
		317	Olie zonnebloem- 0,6
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,6
5177	Soep erwten- met vlees	1885	Water gem 38,4
		3216	Erwten split- groene gekookt 33,4
		1427	Varkenskrabbetjes rauw 8,3
		26	Selderij knol- gekookt 5,4
		37	Prei gekookt 5,4
		72	Wortel gekookt gem 5,4
		324	Worst rook- gekookt gem 1,7
		3025	Spek rook- mager rauw 1,7
		2819	Zout zonder toegevoegd jodium 0,3

Overzicht recepten NEVO-online 2019/List of recipes NEVO-online 2019

Recept/recipe		Ingredient		
Code	naam recept/ name recipe	Code	Naam ingredient/ name ingredient	Gram
5182	Berenklauw bereid met vloeibaar frituurvet	1434	Gehakt hoh rauw	48,8
		64	Ui gekookt	36,8
		2068	Vet frituur- vloeibaar	8,0
		1013	Paneermeel	3,7
		84	Ei kippen- gekookt gem	2,8
5183	Kipcorn bereid met vloeibaar vet	2068	Vet frituur- vloeibaar	101,0
		1633	Kip m vel bereid	40,0
		2081	Ontbijtproduct Cornflakes	20,0
		1885	Water gem	16,0
		308	Olie arachide-	14,0