

Hodnocení hotových pokrmů ze supermarketů a E-shopů pomocí systému Nutri-Score

Data pro výpočet Nutri-Score jsou přebrána ze štítku pokrmů.

HOTOVÁ JÍDLA ZE SUPERMARKETU	Energie (KJ/100g or 100mL)	Celkový tuk (g/100g or 100mL)	Nasyčené mastné kyseliny (g/100g or 100mL)	Cukry (g/100g or 100mL)	Bílkoviny (g/100g or 100mL)	Sůl (g/100g or 100mL)	Vláknina na AOAC (g/100g or 100mL)	Ovoce, zelenina, luštěniny, oříšky, řepkový, vlašský a olivový olej (%/100g or 100mL)	Výsledné skóre (body)	Nutri-Score (A-B-C-D-E)	Barva loga	PRODávAJCE
Fazole v rajčatové omáčce s uzenou paprikou a s rýží (Marks & Spencer)	438	1,9	0,6	2,9	3,9	0,38	3,9	23	-4	Nutriscore_A	Dark green	ROHLIK CZ
Mleté hovězí maso s červenými fazolemi v pikantní rajčatové omáčce s dlouhozrnnou a indiánskou rýží (Marks & Spencer)	448	2,3	0,8	1,6	8	0,45	2,4	9	-4	Nutriscore_A	Dark green	ROHLIK CZ
Smažený kuřecí řízek s bramborovou kaší	559	3,3	1	1,4	8,3	0,37	0,9	0	-3	Nutriscore_A	Dark green	TESCO
Kuře Kung Pao s jasmínovou rýží (Heli)	577	4,3	0,5	2	6,4	0,53	2,1	1,5	-2	Nutriscore_A	Dark green	GLOBUS
Kuřecí maso s dýní a špenátem v kokosové kari omáčce s hnědou rýží Basmati (Marks & Spencer)	490	3,7	1,7	1,6	9,7	0,5	1	12,5	-2	Nutriscore_A	Dark green	ROHLIK CZ
Kuře po mexicku s fazolemi (KM)	595	2,6	1,2	1,9	10,8	0,72	0	42,5	-1	Nutriscore_A	Dark green	EXPRES MENU CZ
Kuskus s uzeným tofu a zeleninou (Nature's Promise)	492	2,9	0,4	2,3	4,7	0,81	2	55	-1	Nutriscore_A	Dark green	ALBERT
Vepřové výpečky se špenátem, bramborové halušky	649	4,3	0,5	2	8,7	1	0	45	-1	Nutriscore_A	Dark green	HAME
Filet z lososa s brambory a zeleninou	420	4,8	1,9	2	5,9	0,6	1	25	0	Nutriscore_B	Light green	TESCO
Krůtí maso s baby karotkou (KM)	1085	15	0,3	8	12	0,69	0	75	0	Nutriscore_B	Light green	EXPRES MENU CZ
Vepřová plec na houbách s rýží (Apetit)	463	4,1	0,6	0,1	5	0,6	0	4,5	0	Nutriscore_B	Light green	KAUFLAND
Cappelletti s omáčkou alá Toscana (Nature's Promise)	370	1,1	0,1	4,3	3	0,7	1,6	47,6	1	Nutriscore_B	Light green	ALBERT
Hamburská vepřová kýta s houskovým knedlíkem (Heli)	545	4,5	1	4	6,2	1,1	1,3	5	1	Nutriscore_B	Light green	GLOBUS
Hovězí tokáň s těstovinami (Apetit)	495	4,3	0,9	1,9	6	0,9	0	5,6	1	Nutriscore_B	Light green	KAUFLAND

Kuře na paprice s rýží (Heli)	472	2,4	0,9	0,4	5,1	0,81	0,3	0	1	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Kuře na paprice s těstovinami (KM)	506	3	1,25	0,9	9,3	1,1	0	0	1	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Kuře po zahradnicku s fazolemi (Adventure Menu)	396	1,5	1	1,2	8,3	1,15	0	20	1	Nutriscore _B	Light green	ROHLIK CZ
Lasagne Vegetariana (Came a Casa)	450	3,8	1,2	4,4	4	0,75	2,3	38	1	Nutriscore _B	Light green	KAUFLAND
Moravský vrabec se zelím a houskovými knedlíky	580	4,3	0,6	2,4	7,1	1,1	0	40	1	Nutriscore _B	Light green	HAME
Segedínský guláš, houskový knedlík	385	1,5	0,4	2,0	8,4	1,2	0,0	0,0	1	Nutriscore _B	Light green	LIDL
Tofu korma s jasmínovou rýží (Nature´s Promise)	578	5,7	1,9	1,4	4,1	0,51	1	14	1	Nutriscore _B	Light green	ALBERT
Vepřová kýta na smetaně, těstoviny (KM)	620	4,6	2	3,2	9	1,1	0	0	1	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Vepřové na žampionech , těstoviny (KM)	538	3,5	1,4	1,9	9,4	1,05	0	1,9	1	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Vepřové rizoto se zeleninou (KM)	541	3,3	0,35	1,6	6,8	1,1	0	25	1	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Halušky s uzeným masem a zelím (Heli)	533	4,2	0,8	2,1	3,2	1,1	2,2	32	2	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Hovězí guláš se zeleninou a knedlíky	524	3,4	1,4	3,2	6	0,73	0,7	21	2	Nutriscore _B	Light green	TESCO
Hovězí maso s rajskou omáčkou (Appetit)	535	3,4	0,8	6,2	5,9	0,8	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	KAUFLAND
Hovězí maso s žampionovou omáčkou a rýží	565	4,6	2,1	0,7	6,1	0,64	0,2	0	2	Nutriscore _B	Light green	TESCO
Hovězí na žampionech (Heli)	404	1,4	0,2	0,2	4,5	0,74	0,4	7	2	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Chilli corn carne (Hamé)	499	4,3	1,3	4,1	6,5	1,1	0	18,1	2	Nutriscore _B	Light green	ROHLIK CZ
Kovářova vepřová pečeně s rýží (KM)	604	5	0,4	0,2	5	1,1	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Kuře Marengo s kuskusem (Nature´s Promise)	491	5	0,7	2,3	6	1	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	ALBERT
Kuřecí maso na čínský způsob	443	1,0	0,3	6,2	5,8	0,8	0,0	8,0	2	Nutriscore _B	Light green	LIDL
Pikantní krůta na kari, rýže basmati (KM)	498	3,9	1,9	0,9	10,3	1,2	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Segedínský guláš s houskovým knedlíkem (Heli)	495	3,7	1,9	2	6,5	1,3	1,7	12	2	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Segedínský guláš s knedlíky (Easy)	620	6,8	0	0	5,6	1	0	17,5	2	Nutriscore _B	Light green	BILLA
Selská bašta s kysaným zelím a s houskovými a bavorskými knedlíky	631	4,9	1	2,1	7	1,2	0	35	2	Nutriscore _B	Light green	HAME

Spaghetti Bolognese (Heli)	705	7	1,9	2,5	5,6	0,89	1,4	14	2	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Svičková s hovězím a houskový knedlík (Heli)	557	5,1	1,3	3,8	5,3	1,1	1,3	6	2	Nutriscore _B	Light green	GLOBUS
Šunkofleky	801	3,7	1	2,5	10,7	1,3	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	HAME
Thajské kuřecí kari s jasmínovou rýží (KM)	510	5	2,3	0,8	8,1	1,06	0	0	2	Nutriscore _B	Light green	EXPRES MENU CZ
Vepřová játra na cibulce s rýží	514	3,6	0,6	1,2	5,1	1	0	6,4	2	Nutriscore _B	Light green	HAME
Vepřové na houbách s rýží	461	3	0,4	0,7	4	0,9	0	0,32	2	Nutriscore _B	Light green	HAME
Zbojnický vepřový závitok s dušenou rýží	532	4,6	0,9	0,5	6,3	1,0	0,0	5,0	2	Nutriscore _B	Light green	LIDL
Bavorský guláš s houskovými knedlíky	615	6,6	1,3	1,7	4,8	0,7	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Čočka s uzeným masem (Hamé)	618	7,8	2	2,5	7,8	1,3	0	12,3	3	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Hovězí guláš s bramborem (KM)	977	2,8	1	3	5,15	1,1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Hovězí maso v rajské omáčce s těstovinami	581	3,2	0,6	4,9	5,1	1	0	3,5	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Chilli Noc Carne s rýží	479	3,2	1,2	1,9	4,1	0,88	0,9	15	3	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Krůta na slanině, rýže se zeleninou (KM)	514	4,9	1,9	1	6	1,05	0	16	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Kung pao s rýží (Easy)	540	4,1	0	0	4,7	1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	BILLA
Kuře na paprice s rýží	519	4,4	2,2	1,4	4,9	0,8	0,1	0	3	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Kuře ve sladkokyselém omáčce s rýží	415	1	0,1	6,7	4	0,68	0,3	30	3	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Kuřecí kousky na zelenině s rýží	571	5,7	0,7	1,4	4,3	1	0	18,1	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Kuřecí řízek s bramborem	532	3,4	0,5	0,5	5,5	1,3	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Kuřecí směs Kung Pao s rýží	540	4,1	0,6	2,6	4,7	1	0	17	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Maďarský guláš (Hamé)	591	11,1	2,8	1,6	6,5	1,1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Marinovaný a restovaný kuřecí plátek se zeleninovou rýží	432	2,6	0,3	0,6	4,3	1,1	0	4,1	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Mexické kuře (Hamé)	548	8,3	1	3,7	4,9	1,2	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Moravský závitok s rýží	523	3,6	0,9	0,6	4,7	1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME

Perlový kuskus se zeleninou a uzeným tofu (Nature's Promise)	627	5	0,8	4	6	1,3	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	ALBERT
Plněný paprikový lusk s rajskou omáčkou a knedlíky	550	3,5	0,7	4,4	3	1,1	0	44,5	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Quinoa se zeleninou a tofu (Nature's Promise)	508	5	0,5	3,9	4	1,1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	ALBERT
Rajská omáčka s hovězím masem, penne (KM)	717	8	1	4	5	1,01	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Svičková na smetaně s knedlíky	501	2,5	0,9	3,5	5,1	1,15	0,7	0	3	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Šmakoun s ananasem	507	2,9	0,32	5,3	3,9	0,9	0	38,5	3	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND
Špagety Carbonara	598	3,4	1,5	2,5	5,3	1,1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Španělský ptáček s rýží (Apetit)	550	6,2	1,5	0,2	5,7	1,1	0	1	3	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND
Telecí líčka na víně, penne (KM)	519	3,6	1,3	3,7	6,9	1,2	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Uzená kýta se zelím a bramborovým knedlíkem (Heli)	433	2,1	0,2	2,2	4,3	1,2	1,4	22	3	Nutriscore _C	Yellow	GLOBUS
Uzené maso s kysaným zelím a bramborovým knedlíkem	635	4,3	1,1	1,8	5,2	1,1	0	27	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Uzené maso se špenátem a bramborovým knedlíkem	664	4,6	1,1	1,7	5,9	1,1	0	38	3	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Vepřové nudličky garam masala, rýže dvou barev (KM)	567	6,8	2,9	0,3	7,7	1,1	0	0	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Vepřové s mrkví a bramborem (KM)	513	3	1	9,2	6,5	1,2	0	48,8	3	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Vepřový guláš se smaženými bramborovými plackami	640	10	1,8	2,6	4,7	1,05	1	0	3	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Hovězí maso s rajskou omáčkou a houskovými knedlíky	524	3	0,7	5	4	1	0	4,6	4	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Hovězí po cikánsku s rýží	522	4,3	1,7	1	4,1	1,1	0	0	4	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Chilli sin carne (Nature's Promise)	619	8	1	4	7	1,6	0	0,1	4	Nutriscore _C	Yellow	ALBERT
Jáhlové placky s koprovou omáčkou a zelenými fazolkami	695	11	2,8	3	4,5	0,8	1,3	20	4	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Katův šleh z vepřového masa s rýží (Apetit)	648	4	0,7	4,8	6,8	1,4	0	38	4	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND
Klasické knedlíky plněné uzeným masem se zelím (Heli)	497	3,8	1,2	5,3	2,8	0,95	2,5	25	4	Nutriscore _C	Yellow	GLOBUS
Kuře na paprice s rýží	628	6,5	2,2	1,7	4,5	0,9	0	0	4	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Kuře v Szechuan stylu (Frischeria)	439	1,3	0,2	6,8	4,3	1,3	1	12	4	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND

Kuřecí Kung Pao s rýží	466	1,9	0,3	6,4	5,7	1,35	0,1	20,6	4	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Lasagne Spinaci Ricotta (Came a Casa)	545	7	3,6	0,9	5,3	0,7	0	10	4	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND
Maso dvou barev, rýžové nudle (KM)	749	2,1	0,6	1,4	4,8	1,1	0	0	4	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Pečená kachna s červeným zelím a špekovým a bramborovým knedlíkem (Heli)	696	8	1,8	4,3	5,9	1,2	1,2	19	4	Nutriscore _C	Yellow	GLOBUS
Quinoa se zeleninou (Nature's Promise)	745	11	1,3	4,4	5	1,1	0	0	4	Nutriscore _C	Yellow	ALBERT
Smažené bramborové placky	781	11,2	0,9	3,4	3	0,98	1,6	0	4	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Špagety Bolognese	689	4,1	0,9	5,7	5	1,1	0	8,1	4	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Španělský ptáček s rýží (KM)	500	5,4	1,2	2,3	5,4	1,2	0	0	4	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Vepřová pečeně s bramborovou kaší	479	5,9	2,1	9,4	5,4	0,73	1,1	0	4	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Vepřová pečeně, zelí, knedlík	631	5,7	0,7	5,7	7,7	1,7	0,0	54,5	4	Nutriscore _C	Yellow	LIDL
Boloňská omáčka se špagetami	565	4	0,9	5,5	4	1,2	0	8,2	5	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Halušky s uzeným masem a zelím	652	5,4	1,0	5,3	5,6	1,6	0,0	49,0	5	Nutriscore _C	Yellow	LIDL
Kuře Korma s rýží (Adventure Menu)	585	6,3	4,5	2	7,3	1,05	0	0	5	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Kuřecí jalfrezi s rýží basmati	462	4,6	1,8	4,1	4	1,16	0,4	5	5	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Lasagna Spinach	531	5	2,5	3,6	4,8	1	0,9	32	5	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Pečená krkovička s kysaným zelím a s houskovými a bavorskými knedlíky	626	4,9	1,2	2,4	4,6	1,2	0	39	5	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Segedínský guláš s houskovými knedlíky	608	6,6	3,2	2,3	5,2	1	0	20	5	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Bryndzové halušky (Heli)	673	7,5	2,3	3,3	4,7	1,2	1	0	6	Nutriscore _C	Yellow	GLOBUS
Fazole s koktejlovými párky (Hamé)	600	5,5	1,6	5,3	5,7	1,4	0	15	6	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Halušky s uzeným masem a kysaným zelím	705	7,4	2	1,6	4,8	1,3	0	33	6	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Kachní plátky s nudlemi	423	1,1	0,1	5,8	5	1,68	0,2	34,6	6	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Karbenátek, žampionová omáčka, bramborové pyré	519	7,2	3,5	0,8	5,1	1,3	0,0	17,0	6	Nutriscore _C	Yellow	LIDL
Koprovka s vejcem a bramborem (KM)	576	6,4	2,1	7,8	3,5	1,05	0	3	6	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ

Kuřecí Tikka Masala s rýží basmati	555	6,6	2,9	5,2	4	0,91	0,4	7	6	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Lečo s klobásou (Hamé)	593	9,1	2,8	8,1	4,7	1	0	0	6	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Lovecká sekaná (Frischeria)	519	7,2	3,5	0,8	5,1	1,3	0,7	0	6	Nutriscore _C	Yellow	KAUFLAND
Plněné bramborové knedlíky se zelím	748	6,2	1,6	2,3	4,5	1,3	0	30	6	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Segedínský guláš (Hamé)	527	9,5	3,4	1,5	4,3	1	0	35	6	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Svíčková s houskovými knedlíky	570	4,9	1,8	4,2	4,2	1,4	0	0	6	Nutriscore _C	Yellow	HAME
Kuřecí korma s rýží basmati	454	3,9	1,9	4,8	4,1	1,75	1,1	5	7	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Pikantní červená čočka s uzeným masem (Hamé)	688	11,2	3,3	0,4	5,9	1,3	0	8,8	7	Nutriscore _C	Yellow	ROHLIK CZ
Vepřový řízek, bramborový salát	941	14,0	0,8	9,3	7,9	1,8	0,0	71,5	9	Nutriscore _C	Yellow	LIDL
Čočka po orientálsku s klobásou (KM)	715	8	3	1,2	12,4	1,6	0	40,5	10	Nutriscore _C	Yellow	EXPRES MENU CZ
Spaghetti Bolognese	539	3,5	1,1	3	5,5	5,1	1,3	48,8	10	Nutriscore _C	Yellow	TESCO
Lasagna Bolognese	776	10,5	4,7	3,2	7,8	1,35	0,8	15	11	Nutriscore _D	Light orange	TESCO
Rýžový nákyp se švestkami (Adventure Menu)	826	3,6	2	16,8	4,8	1,14	0	0	11	Nutriscore _D	Light orange	ROHLIK CZ
Rýžový nákyp se švestkami (KM)	826	3,6	2	16,8	4,8	1,14	0	24	11	Nutriscore _D	Light orange	EXPRES MENU CZ
Smažený vepřový řízek s bramborovou kaší	717	8,8	2,5	0,4	8,8	6	1,3	0	13	Nutriscore _D	Light orange	TESCO
Spaghetti Carbonara	616	6,1	2,2	2	5,6	4,8	0,8	0	13	Nutriscore _D	Light orange	TESCO
Tagliatelle s houbovou omáčkou	571	5,9	2,3	1,5	6,5	4,4	0,5	20	13	Nutriscore _D	Light orange	TESCO
Lasagne	1740	22,2	5,9	16,8	14,2	1,4	0	25,3	19	Nutriscore _E	Dark orange	HAME