

# Oven of frituur?

	OVEN/FRITUUR	GEWICHT (g)	ZOUT	VET	SUIKER	
	WEGING VOOR UITSLAG		40%	40%	20%	
<b>Frites</b>						
1	CêlaVita verse friet robuust gesneden	o	700	*****	****	*****
2	Aviko Super Crunch! Oven pommes frites	o	750	*****	****	*****
3	Harvest Basket Pommes Frites extra crunchy	o	1000	*****	****	*****
4	G'woon oven frites	o	750	****	****	*****
5	AH oven friet	o	750	*****	****	*****
6	CêlaVita verse friet robuust gesneden	f	700	*****	***	*****
7	Aviko Pommes Frites	f	1000	*****	***	*****
8	Beyerlander oven frites	o	600	*****	***	*****
9	AH Basic French fries	f	1000	*****	***	*****
10	McCain Special oven klassiek	o	600	****	****	*****
11	McCain Tradition	f	750	*****	**	*****
12	Jumbo patat frites	f	1000	*****	**	*****
13	G'woon frites	f	1000	****	**	*****
14	Harvest Basket Pommes Frites	f	2500	***	***	*****
15	Jumbo oven frites	o	1000	**	***	*****
<b>Kroketten</b>						
1	BizBiz oven kroketten	o	320	****	***	*****
2	Jumbo oven rundvlees kroketten	o	320	****	***	*****
3	Kwekkeboom oven & airfryer croquetten	o	280	***	***	*****
4	Van Dobben oven & airfryer rundvlees croquetten	o	320	***	***	*****
5	Snack Fan ovenkroket rundvlees	o	320	***	**	*****
6	Van Dobben rundvlees croquetten	f	360	***	***	*****
7	Jumbo rundvlees kroketten	f	280	***	**	*****
8	Mora rundvlees kroketten	o	320	***	**	*****
9	Beckers oven rundvlees kroketten	o	320	***	**	*****
10	BizBiz rundvlees kroketten	f	840	***	**	*****
11	AH oven kroket rundvlees	o	320	***	**	*****
12	Mora rijkgevulde rundvlees kroketten	f	300	***	**	****
13	AH rundvlees kroketten	f	280	***	**	****
14	Beckers rundvlees kroketten	f	280	***	**	*****
15	Snack Fan rundvlees kroketten	f	1120	***	**	*

o = oven, f = frituur.

Aantal sterren: hoe meer, hoe minder zout, vet of suiker