



Mørkt Speltbrød

Spelt er en eldgammel hvetesort som er sunnere, smaker bedre og er lettere å fordøye enn vanlig hvetemel. Spelt inneholder mer jern og sink, samt en type gluten som mange hveteallergikere tåler. I Norge kan et brød selges som speltbrød selv om det inneholder

gluten fra vanlig hvetemel. Baker Bruns speltbrød er bakt på 100% spelt, noe som gjør det enda snillere mot ømfintlige mager.

Mørkt Speltbrød er en unik smaksopplevelse! Brødet har en nydelig, særegen smak fra speltmel, speltsurdeig, gresskarkjerner og solsikkekjerner. Brødet er svært holdbart og passer like godt til matpakken som til koldtbordet.

Mørkt Speltbrød	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Protein	11,5 g
Fett	11,1 g
Karbohydrat	32,9 g
Energi	278,0 kcal/1178,8 kJ



Martins Grove

Bakermester Martin Alsaker i Baker Brun har brukt store mengder rug for å lage dette ekstra grove brødet. Sammalt rug, sammalt hvete, havre og solsikkekjerner gir et saftig og kompakt brød med mye smak, som holder deg mett lenge. Brødet har lav

glykemisk indeks; karbohydratene tas langsomt opp i blodet og hindrer rask stigning i blodsukkeret.

Energinivået ditt holder seg jevnt lengre, og du blir ikke så fort sliten eller sulten. Det høye fiberinnholdet i Martins Grove bidrar også til å holde magen og tarmsystemet i form.

Martins Grove	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Protein	7,7 g
Fett	4,0 g
Karbohydrat	32,5 g
Energi	196,9 kcal/836,0 kJ



Müslibollen

Endelig en bolle du kan spise med god samvittighet! Müslibollen gir masse energi og ordentlig metthetsfølelse: Proppfull av sunne godbiter som valnøtter, hasselnøtter, rosiner, mandler, gresskarkjerner og tørket frukt.

Bollen er også rik på hvetekli og gryn fra rug, hvete, havre og bygg. Müslibollen er det perfekte mellommåltid, og kan nytes som den er eller med syltetøy.

Müslibollen	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Protein	5,8 g
Fett	7,7 g
Karbohydrat	33,1 g
Energi	224,8 kcal/953,3 kJ

BERGEN OG OMEGN

NYBORG

55 19 92 15

ARKEN

55 18 67 22

BRYGGEN

55 31 65 12

ZACHARIASBRYGGEN

55 31 51 08

BYPARKEN/OLAV KYRRESGT

55 31 02 35

BERGEN STORSENTER

55 31 47 77

NESTTUN SENTER

55 11 65 63

LAGUNEN STORSENTER

55 13 98 07

FANATORGET

55 22 88 08

AMFI OS

98 29 34 85

SARTOR STORSENTER

56 32 27 90

KLEPPESTØ SENTER

56 14 89 10

BAKERIBUTIKKEN - DAMSGÅRD

55 34 96 48

STAVANGER

ARKADEN

51 93 80 35

SANDNES

KVADRAT

51 96 08 66

Baker Brun

ETABLERT 1893

www.bakerbrun.no



Pluss!



Mikonvarno - 23717 - Foto: Studio 5/Laif Moe-Nilsen

Baker Brun

ETABLERT 1893

GOD SMAK MED GOD SAMVITTIGHET

Baker Brun *PLUSS* er en serie produkter med egenskaper utover det å smake godt. *PLUSS*-produkter gir kroppen et helsemessig pluss; for eksempel mer energi eller bedre fordøyelse. Gode råvarer gir den beste smaken og den sunneste maten. *PLUSS*-produktene er ikke tilsatt noe du ikke vet hva er – plussen ligger naturlig i råvarene.

Baker Brun *PLUSS* er bakervarer som smaker utrolig godt, og som gjør det veldig enkelt å velge sunt og smart til både hverdag og fest.



Nyhet! Müslibrød

Proppfullt av grovt korn, nøtter og tørket frukt – et brød som gleder både smaksløkene og magen. Nam!

- Valnøtter, hasselnøtter og gresskarkjerner gir masse av den sunne typen fettsyrer og langvarig energi
- Eple, appelsin, sitron og aprikos inneholder vitaminer, mineraler og antioksidanter som hjelper kroppen din med å holde deg frisk
- Rikt på fiber fra hvete, havre, havrekli og rug

Et spennende, saftig og smakfullt brød som gjør at du gleder deg til å spise matpakken. Svært holdbart og utrolig godt med brunost, honning eller syltetøy.

Müslibrød	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Fett	3,1 g
Protein	6,8 g
Karbohydrat	36,9 g
Energi	203,0kcal/861,9 kJ

Dansk Rugbrød

Brødet er finere enn Martins Grove og Ingers Rugbrød, men fremdeles et ekstra grovt og kompakt brød.

Fiberrike Dansk Rugbrød er bakt på sammalt rug, hvetemel og tørket rugsurdeig. Fiber gjør godt for fordøyelsen, gir langvarig metthetsfølelse og holder blodsukkeret stabilt i timesvis. I tillegg er brødet rikt på vitaminer og mineraler.

Dansk Rugbrød	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Fett	1,3 g
Protein	5,4 g
Karbohydrat	36,5 g
Energi	179,4kcal/761,9 kJ



Hertovnsbakt Byggbrød

Et saftig grovbrød med mye smak, bakt i hertovn for å få den knasende sprø og kraftige skorpen. Brødet består blant annet av byggmel, hvetemel, sammalt rug, tørket og rugsurdeig. Byggmel inneholder mye antioksidanter, fiber, vitaminer og mineraler.

Et sunt og smart brødvalg som passer til alle typer pålegg.

Byggbrød	
Næringsinnhold pr. 100 g vare	
Fett	2,2 g
Protein	6,0 g
Karbohydrat	41,0 g
Energi	207,5kcal/881,2 kJ

