

NÆRINGSVÆRDIER

	Per servering (60g)	Per 100 g
kJ	930	1551
kcal	222	370
Protein	21,4 g	35,6 g
Kulhydrat	21,8 g	36,4 g
heraf sukkerart	6,0 g	10 g
heraf polyoler	11,2 g	18,7 g
Fedt	7,5 g	12,5 g
heraf mættede fedtsyre	4,9 g	8,1 g
Kostfibre	0,8 g	1,3 g
Linolsyre	1,0 g	1,7 g

VITAMINTER OG MINERALER

	Per servering (60g)	% adt	Per 100g
Vitamin A	282,90 µg	31,43	472 µg
Vitamin B-1	0,50 mg	35,71	0,8 mg
Vitamin B-2	0,60 mg	35,29	0,9 mg
Vitamin B-6	0,70 mg	43,75	1,2 mg
Vitamin B-12	0,40 µg	20	0,7 µg
Folinsyre	67,40 µg	16,85	112 µg
Niacin	6,40 mg	33,68	11 mg
Pantothensyre	2,00 mg	I.f.	3,4 mg
Biotin	0,10 µg	I.f.	0,1 µg
Vitamin C	20,70 mg	27,6	35 mg
Vitamin D	1,80 µg	24	2,9 µg
Vitamin E	7,00 mg	70	11,6 mg
Calcium	245,40 mg	30,68	409 mg
Phosphor	276,80 mg	46,13	461 mg
Magnesium	50,10 mg	14,31	83 mg
Jern	4,90 mg	32,67	8,1 mg
Zink	2,90 mg	32,22	4,9 mg
kobber	0,40 mg	44,44	0,6 mg
Jod	40,00 µg	26,67	67 µg
Mangan	0,40 mg	I.f.	0,6 mg
Selen	17,30 µg	34,6	29 µg
Kalium	586,10 mg	16,75	977 mg
Natrium	0,17 g	I.f.	0 g