

	na			
	100 g		1 tyčinka 59 g	
Energetická hodnota	1694 kJ / 403 kcal		1000 kJ / 238 kcal	
Tuky	13 g		7,7 g	
z toho				
- kyselina linolová	1,7 g		1,0 g	
- nasycené	7,4 g		4,4 g	
sacharidy	44 g		26 g	
z toho				
-cukry	30 g		18 g	
-polyoly	2,6 g		1,5 g	
vláknina	5,2 g		3,1 g	
bílkoviny	26 g		15 g	
sůl	1,1 g		0,66 g	
sodík	0,45 g		0,27 g	
		% RH*		% RH*
vitamín A	630 µg	79%	372 µg	47%
vitamín D	4,1 µg	82%	2,4 µg	48%
vitamín E	9,8 mg	82%	5,8 mg	48%
Vitamín K	60 µg	80%	35 µg	47%
vitamín C	65 mg	81%	38 mg	48%
vitamín B1	0,87 mg	79%	0,51 mg	46%
riboflavin	1,2 mg	86%	0,71 mg	51%
niacin	14 mg	88%	8,3 mg	52%
vitamín B6	1,2 mg	86%	0,71 mg	51%
kyselina listová	158 µg	79%	93.2 µg	47%
vitamín B12	2,1 µg	84%	1,2 µg	48%
vitamín H	41 µg	82%	24 µg	48%
kyselina pantotenová	4,8 mg	80%	2,8 mg	47%
vápník	407 mg	51%	240 mg	30%
fosfor	580 mg	83%	342 mg	49%
draslík	848 mg	42%	500 mg	25%
železo	12 mg	86%	7,1 mg	51%
zinek	7,9 mg	79%	4,7 mg	47%
měď	0,79 mg	79%	0,47 mg	47%
jód	120 µg	80%	70.8 µg	47%
selen	44 µg	80%	26 µg	47%
hořčík	191 mg	51%	113 mg	30%
mangan	1,7 mg	85%	1.0 mg	50%