

TR90® M-Bar – Lemon Crisp

	100 g	59 grammos szeletenként	
energia	1694 kJ / 403 kcal	1000 kJ / 238 kcal	
zsírok amelyből	13 g	7,7 g	
-linolsav	1,7 g	1,0 g	
-telített	7,4 g	4,4 g	
szénhidrátok amelyből	44 g	26 g	
-cukor	30 g	18 g	
-poliolok	2,6 g	1,5 g	
rost	5,2 g	3,1 g	
fehérjék	26 g	15 g	
só	1,1 g	0,66 g	
nátrium	0,45 g	0,27 g	
		% BR*	% BR*
A-vitamin	630 µg	79%	372 µg 47%
D-vitamin	4,1 µg	82%	2,4 µg 48%
E-vitamin	9,8 mg	82%	5,8 mg 48%
K-vitamin	60 µg	80%	35 µg 47%
C-vitamin	65 mg	81%	38 mg 48%
tiamin	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%
B6-vitamin	1,2 mg	86%	0,71 mg 51%
folsav	158 µg	79%	93,2 µg 47%
B12-vitamin	2,1 µg	84%	1,2 µg 48%
biotin	41 µg	82%	24 µg 48%
pantoténsav	4,8 mg	80%	2,8 mg 47%
kalcium	407 mg	51%	240 mg 30%
foszfor	580 mg	83%	342 mg 49%
kálium	848 mg	42%	500 mg 25%
vas	12 mg	86%	7,1 mg 51%
cink	7,9 mg	79%	4,7 mg 47%
réz	0,79 mg	79%	0,47 mg 47%
jód	120 µg	80%	70,8 µg 47%
szelén	44 µg	80%	26 µg 47%
magnézium	191 mg	51%	113 mg 30%
mangán	1,7 mg	85%	1,0 mg 50%

*BR: Beviteli referenciaérték