

## Nährwertangaben

Nährwertangaben		
Portionsgröße (128 g)		
Portionen pro Packung: 15 (30 Kinderportionen)		
Menge pro Portion		
Kalorien		480
Kalorien aus Fett		90
Kalorien aus gesättigten Fettsäuren		15
		% Tagesbedarf*
Gesamtfett	10 g	16 %
Gesättigte Fettsäuren	1,5 g	7 %
Stearinsäure	0 g	
Mehrfach ungesättigtes Fett	5 g	
Einfach ungesättigtes Fett	2,5 g	
Cholesterin	0 mg	0 %
Natrium	10 mg	0 %
Kalium	890 mg	25 %
Gesamtkohlenhydrate	85 g	28 %
Ballaststoffe	14 g	56 %
Zucker, sonstige	1 g	
Kohlenhydrate	67 g	
Eiweiß	16 g	
Vitamin A		50 %
Vitamin B2		120 %
Vitamin B12		100 %
Vitamin C		100 %
Vitamin D		50 %

Vitamin E		120 %
Vitamin K		50 %
Kalzium		50 %
Zink		70 %
Jod		80 %
Kupfer		70 %
Chrom		70 %
Eisen		45 %
Thiamin		120 %
Niacin		60 %
Folsäure		70 %
Biotin		35 %
Phosphor		70 %
Magnesium		80 %
Selen		100 %
Riboflavin		110 %
Pantothensäure		110 %
Mangan		120 %

\*Der prozentuale Tagesbedarf basiert auf einer Ernährung mit einer Zufuhr von 2000 Kalorien.