

Nährwerte:	pro 100 g	RM*	pro 60 g	RM*	Nährwerte:	pro 100 g	NRV**	pro 60 g	NRV**	Nährwerte:	pro 100 g	NRV**	pro 60 g	NRV**
Energie [kJ]	1555	19%	933	11%	Vitamin K [µg]	21	28%	13	17%	Eisen [mg]	6,3	45%	3,8	27%
Energie [kcal]	374	19%	225	11%	Thiamin [mg]	0,28	25%	0,17	15%	Zink [mg]	3,3	33%	2,0	20%
Fett [g]	17	25%	10	15%	Riboflavin [mg]	0,49	35%	0,29	21%	Kupfer [mg]	0,50	50%	0,30	30%
davon gesättigte					Niacin [mg]	4,0	25%	2,4	15%	Mangan [mg]	0,50	25%	0,30	15%
Fettsäuren [g]	5,4	27%	3,2	16%	Vitamin B6 [mg]	0,56	40%	0,34	24%	Selen [µg]	9,5	17%	5,7	10%
Kohlenhydrate [g]	29	11%	17	7%	Folsäure [µg]	50,0	25%	30,0	15%	Chrom [µg]	24	60%	14	36%
davon Zucker [g]	3,7	4%	2,2	2%	Vitamin B12 [µg]	0,73	29%	0,44	18%	Molybdän [µg]	15	30%	9,0	18%
Ballaststoffe [g]	21		13		Biotin [µg]	13	26%	7,8	16%	Jod [µg]	29,5	20%	17,7	12%
Eiweiß [g]	22	44%	13	27%	Pantothensäure [mg]	1,5	25%	0,90	15%	ENTHALT VON NATUR AUS ZUCKER.				
Salz [g]	0,20	3%	0,12	2%	Kalium [mg]	416	21%	249	12%	* Referenzen für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8-400 kcal/2000 kcal)				
	pro 100 g		pro 60 g		Chlorid [mg]	170	21%	102	13%	** Nährstoffbezugswerte				
Vitamin A [µg]	180	23%	108	14%	Calcium [mg]	280	35%	168	21%	Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.				
Vitamin D [µg]	1,1	22%	0,66	13%	Phosphor [mg]	210	30%	126	18%	Packung (60 g) enthält eine Portion.				
Vitamin E [mg]	4,8	40%	2,9	24%	Magnesium [mg]	109	29%	65,3	17%					