

Lohikukka 400 g



Ainesosat:

Ravintosisältö	per 100 g	per kpl
Energiaa	1719 kJ 411 kcal	6878 kJ 1644 kcal
Rasvaa	12,32 g	49,27 g
- josta tyydyttyneitä rasvahappoja /	2,26 g	9,04 g
Hiilihydraattia	46,71 g	186,84 g
- josta sokeria	1,49 g	5,95 g
Ravintokuitua	10,93 g	43,73 g
Proteiinia	22,48 g	89,93 g
Suolaa	1,92 g	7,68 g

400 g annos sisältää/portion innehåller

Energiaa	Sokeria	Rasvaa	Tyydyttynyttä	Suolaa
1644	5,9 g	49,3 g	9,0 g	7,7 g
82,2 %	6,6 %	70,4 %	45,2 %	127,9 %
	Proteiinia	Hiilihydraatit	Kuitua	
	89,9 g	186,8 g	43,7 g	
	179,9 %	69,2 %	174,9 %	

% viitteellisestä päiväsaannista (GDA)
Perustana aikuisen 2000 kcal ruokavalio