

Maalaisleipä



Ainesosat:

Vehnäjauho, Vesi, Ruisjauho, Suola, Hiiva

Ravintosisältö	per 100 g	per kpl
Energiaa	1191 kJ 285 kcal	4585 kJ 1096 kcal
Rasvaa	1,20 g	4,60 g
- josta tyydyttyneitä rasvahappoja /	0,15 g	0,60 g
Hiilihydraattia	56,70 g	218,31 g
- josta sokeria	1,49 g	5,74 g
Ravintokuitua	3,25 g	12,50 g
Proteiinia	9,06 g	34,89 g
Suolaa	1,63 g	6,29 g

385 g annos sisältää/portion innehåller

Energiaa	Sokeria	Rasvaa	Tyydyttynyttä	Suolaa
1096	5,7 g	4,6 g	0,6 g	6,3 g
54,8 %	6,4 %	6,6 %	3,0 %	104,8 %
	Proteiinia	Hiilihydraatit	Kuitua	
	34,9 g	218,3 g	12,5 g	
	69,8 %	80,9 %	50,0 %	

% viitteellisestä päiväsaannista (GDA)
Perustana aikuisen 2000 kcal ruokavalio