

Durchschnittlicher Gehalt des verzehrfertigen Produkts		
Zubereitung mit 200 ml Wasser und 4,5 g Sonnenblumenöl		
Nährwerte	Pro 100 ml	Pro Portion
Energie	333 kJ (79 kcal)	847 kJ (200 kcal)
Fett	2,1 g	5,4 g
• davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g	1,0 g
Kohlenhydrate	4,9 g	12,4 g
• davon Zucker	2,5 g	6,4 g
• mehrwertige Alkohole	1,9 g	4,9 g
Ballaststoffe	1,9 g	4,8 g
Eiweiß	9,8 g	25,0 g
Salz	0,3 g	0,7 g
Vitamin B5	0,9 mg	2,3 mg
Vitamin B6	0,7 mg	1,7 mg
Vitamin B12	0,6 µg	1,5 µg