

Rich Chocolate Less sugar smoothie

451133706



NÄRINGSDEKLARATION/ RAVINTOSISÄLTÖ:	Per 100 ml	Per 330 ml		
Energi/energiaa	268/64 kJ/kcal	884/210 kJ/kcal		
Fett/rasvaa	1,8 g	5,8 g		
varav/heraf/josta				
- mättat fett/ tydyttynttä rasvaa	0,35 g	1,2 g		
- enkelomättat fett/ kertatyydyttymätöntä rasvaa	0,45 g	1,5 g		
- fleromättat fett/ monitydyttymätöntä rasvaa	0,90 g	3,0 g		
Kol-/kull-/karbohydrater/ hiilihydraatteja	6,7 g	22 g		
varav/heraf/josta				
- sockerarter/sokereita	6,5 g	22 g		
Fiber/ravintokuitua	2,0 g	6,6 g		
Protein/proteiinia	4,3 g	14 g		
Salt/suolaa	0,18 g	0,60 g		
Vitamin A/A-vitamiini	74 µg	9*	245 µg	31*
Vitamin D/D-vitamiini	0,50 µg	10*	1,8 µg	36*
Vitamin E/E-vitamiini	1,1 mg	9*	3,5 mg	29*
Vitamin C/C-vitamiini	4,8 mg	6*	16 mg	20*
Tiamin/Tiamiini	0,12 mg	11*	0,38 mg	35*
Riboflavin/Riboflaviini	0,20 mg	14*	0,56 mg	40*
Niacin/Niasiini	1,9 mg	12*	6,3 mg	39*
Vitamin B6/B6-vitamiini	0,20 mg	14*	0,53 mg	38*
Folsyra/Foolihappo	21 µg	11*	70 µg	35*
Vitamin B12/ B12-vitamiini	0,40 µg	16*	1,4 µg	56*
Biotin/Biotiini	2,1 µg	4*	7,0 µg	14*
Pantotensyra/ Pantoteenihappo	0,30 mg	5*	1,0 mg	17*
Kalium	159 mg	8*	524 mg	26*
Kalcium/Kalsium	118 mg	15*	389 mg	49*
Fosfor/Fosfori	98 mg	14*	322 mg	46*
Magnesium	14 mg	4*	47 mg	13*
Järn/Rauta	1,7 mg	12*	5,6 mg	40*
Zink/Sinkki	1,0 mg	10*	3,3 mg	33*
Koppar/Kupari	0,10 mg	10*	0,38 mg	38*
Mangan/Mangaani	0,10 mg	5*	0,35 mg	18*
Selen/Seleeni	5,8 µg	11*	19 µg	35*
Jod/Jodi	14 µg	9*	45 µg	30*
Linolsyra/linolihappoa	0,90 g		3,0 g	
Laktos/laktoosia	<1,0 g		<3,3 g	

* % av dagligt referensintag/referenceværdi/
vuorokautisen saannin vertailuarvosta