

Folaat equivalenten 56,0 µg

Nicotinezuur 1,0 mg

Alfa-caroteen 20 µg

Beta-caroteen 20 µg

Beta-cryptoxanthine 20 µg

Overigen

Alcohol 0 g

Water 87 g

Cholesterol 0,0 mg

Koolhydraten

Koolhydraten 3,0 g

Polyolen 0,00 g

Mono- en disacchariden 0,0 g

Polysacchariden 3,0 g

Natrium/zout

Natrium 0,005 g

Zout 0,013 g

Mineralen

Kalium 74 mg

Magnesium 21 mg

Calcium 40 mg

Fosfor 48 mg

IJzer 1,0 mg

Selenium 1 µg

Koper 0,08 mg

Zink 0,60 mg

Energie

Energiewaarde in kJ 201 kJ

Energiewaarde in kcal 48 kcal

Vet

Vet totaal 1,0 g

Vetzuur

Vetzuren verzadigd 0,1 g

Vetzuren trans 0,0 g

Vetzuren enkelvoudig onverzadigd cis 0,2 g

Vetzuren meervoudig onverzadigd 0,5 g

Vetzuren n-3 meervoudig onverzadigd cis 0,0 g

Vetzuren n-6 meervoudig onverzadigd cis 0,4 g

Linolzuur 0,4 g

ALA 0,05 g

EPA 0,00 g

DHA 0,00 g

Vezel

Voedingsvezel 3,5 g

Eiwit

Eiwit totaal 5 g

Eiwit plantaardig 5 g

Vitamines

Vitamine B2 0,40 mg

Vitamine C 15 mg

Retinol act equivalent 3 µg

Vitamine D 0,0 µg

Vitamine E 0,1 mg

Vitamine B1 0,22 mg

Vitamine B12 0,00 µg

Vitamine B6 0,120 mg