

HAVERMOUT BLAUWE BES

INGREDIËNTEN & VOEDINGSWAARDEN

INGREDIËNTEN

HAVERMOUT BLAUWE BES

Havermoutvlokken (38%), eiwit isolaat (erwten, **soja**), gehydrolyseerd viscollageen, magere **melk**poeder, vitamine en mineralen: retinol (vit A), cholecalciferol (vit D), D-alpha-tocopherylacetaat (vit E), thiamine-mononitrat (vit B1), riboflavine (vit B2), pyridoxinehydrochloride (vit B6), folium zuur, cyanocobalamine (vit B12), D-biotine, calcium-D-pantothenaat (vit B5), ascorbinezuur (vit C), nicotinamide (vit B3), zinksulfaat, koper-(II)-sulfaat, kaliumjodaat, natriumselenaat, mangaansulfaat, calciumglycerofosfaat, dicalciumfosfaat, kaliumcitraat, natriumcitraat, ijzer-(III)-difosfaat, magnesiumcarbonaat; **soja** olie (bevat **melk**), verdikkingsmiddel: xanthaangom; kaneel, zout, natuurlijke aroma, zoetstoffen: suclarose, steviolglycoside;

ALLERGENEN

Allergenen zijn in de ingrediëntendeclaratie vet-gedrukt aangeduid.

VOEDINGSWAARDEINFORMATIE

	Per 100 g*	Per portie * (60 gr in 250 ml water)
Energie	1507 kJ (358 kcal)	904 KJ (215 kcal)
Vetten	6,5 g	3,9 g
- waarvan verzadigd	1,7 g	1,0 g
Koolhydraten	30,0 g	18,0 g
- waarvan suikers	6,1 g	3,7 g
Vezels	11,1 g	6,7 g
Eiwitten	46,0 g	28,0 g
Zout	1,67 g	1,0 g

HAVERMOUT BLAUWE BES

INGREDIËNTEN & VOEDINGSWAARDEN

VOEDINGSWAARDEINFORMATIE

	Per 100 g**	Per portie ** (60 gr in 250 ml water)
Vitamine C	48 mg (60%)	28,8 mg (36%)
Niacine	9,6 mg (60%)	5,8 mg (36%)
Vitamine E	7,2 mg (60%)	2,2 mg (36%)
Panthotheenzuur	3,6 mg (60%)	1,8 mg (36%)
Vitamine B6	840 mcg (60%)	504 mcg (36%)
Riboflavine	840 mcg (60%)	504 mcg (36%)
Thiamine	660 mcg (60%)	396 mcg (36%)
Vitamine A	480 mcg (60%)	288 mcg (36%)
Foliumzuur	120 mcg (60%)	72 mcg (36%)
Vitamine K1	45 mcg (60%)	27 mcg (36%)
Biotine	30 mcg (60%)	18 mcg (36%)
Vitamine D	3 mcg (60%)	1,8 mcg (36%)
Vitamine B12	1,5 mcg (60%)	0,9 mcg (36%)
Kalium	1000 mg (60%)	600 mg (36%)
Calcium	480 mg (60%)	288 mg (36%)
Fosfor	420 mg (60%)	252 mg (36%)
Magnesium	225 mg (60%)	135 mg (36%)
IJzer	8,4 mg (60%)	5,0 mg (36%)
Zink	6 mg (60%)	3,6 mg (36%)
Mangaan	1,2 mg (60%)	0,7 mg (36%)
Koper	660 mcg (60%)	396 mcg (36%)
Jood	90 mcg (60%)	54 mcg (36%)
Seleen	33 mcg (60%)	19,8 mcg (36%)

* % van de referentie-inname van een gemiddelde volwassene (840 kJ/2000 kcal)

** % van de dagelijkse Referentie Inname (dRI)