

ERNÄHRUNGS-INFORMATION

SPAR Vital Heringsfilets in Senf-Honig-Sauce enthalten durchschnittlich:

	je 100 g = je Filet mit Sauce (ca. 100 g)
Energiewert	1023 kJ / 247 kcal
Eiweiß	12,3 g
Kohlenhydrate	3,5 g
- davon Zucker	3,5 g
Fett	20,4 g
- davon gesättigte Fettsäuren	3,3 g
Ballaststoffe	1 g
Natrium	0,6 g
Broteinheiten	0,3 BE

Anteil an der empfohlenen Tageszufuhr eines Erwachsenen:

je Filet m. Sauce
(ca. 100g)

12 %

25 %

1 %

4 %

29 %

17 %

4 %

25 %