

ERNÄHRUNGS-INFORMATION
SPAR Vital Huhn mit Gemüse und Reis enthält
durchschnittlich:

	je 100 g	je Portion (330 g)
Energiewert	472 kJ/112 kcal	1558 kJ/370 kcal
Eiweiß	7,6 g	25,1 g
Kohlenhydrate	9,7 g	32 g
- davon Zucker	0,7 g	2,3 g
Fett	4,8 g	15,8 g
- davon gesättigte Fettsäuren	1,6 g	5,3 g
Ballaststoffe	0,7 g	2,3 g
Natrium	0,4 g	1,3 g
Broteinheiten	0,8 BE	2,7 BE

Anteil an der
empfohlenen Tageszufuhr eines
Erwachsenen:

je Portion
(330 g)

19 %

50 %

12 %

3 %

23 %

27 %

9 %

54 %

Richtwerte der empf. Tageszufuhr: Energiewert 2000 kcal, Eiweiß 50 g, Kohlenhydrate 270 g, Zucker 90 g, Fett 70 g, gesättigte Fettsäuren 20 g, Ballaststoffe 25 g, Natrium 2,4 g.