

ERNÄHRUNGS-INFORMATION**SPAR Vital Italienisches Tomatenmark enthält durchschnittlich:**

	je 100 g	je Löffel (ca. 15 g)
Energiewert	429 kJ/101 kcal	64 kJ/15 kcal
Eiweiß	4,8 g	0,7 g
Kohlenhydrate - davon Zucker	19,1 g 13 g	2,9 g 2 g
Fett - davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g 0,1 g	0,1 g 0,02 g
Ballaststoffe	6 g	0,9 g
Natrium	0,2 g	0,03 g
Proteinheiten	1,6 BE	0,2 BE

Anteil an der empfohlenen Tageszufuhr eines Erwachsenen:

je Löffel (ca. 15 g)**1 %****1 %****1 %****2 %****0 %****0 %****4 %****1 %**

Richtwerte der empfohlenen 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.