

SPAR Vital Roggen-Vollkornbrot enthält durchschnittlich:

Anteil an der
empfohlenen Ta-
geszufuhr eines
Erwachsenen:

pro 2 Scheiben (50 g)

5 %

6 %

7 %

2 %

1 %

1 %

20 %

10 %

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.

	pro 100 g	pro 2 Scheiben (50 g)
Energiewert	844 kJ/200 kcal	422 kJ/100 kcal
Eiweiß	5,6 g	2,8 g
Kohlenhydrate	36,7 g	18,4 g
- davon Zucker	3,6 g	1,8 g
Fett	1,2 g	0,6 g
- davon gesättigte Fettsäuren	0,2 g	0,1 g
Ballaststoffe	10 g	5 g
Natrium	0,5 g	0,25 g
Folsäure	400 µg 200 %*	200 µg 100 %*
*% vom empfohlenen Tagesbedarf		
Broteinheiten	3,1 BE	1,5 BE