

## DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE:

Energiewert	100 g	1 Portion - 39 g
-------------	-------	------------------

kJ	1481	579
----	------	-----

kcal	352	137
------	-----	-----

### Nährwerte

Fett (g)	6,1	2,4
----------	-----	-----

davon gesättigte Fettsäuren (g)	4,6	1,8
---------------------------------	-----	-----

Kohlenhydrate (g)	37,9	14,8
-------------------	------	------

davon Zucker (g)	3,9	1,5
------------------	-----	-----

davon Stärke (g)	34,0	13,3
------------------	------	------

Ballaststoffe (g)	10,5	4,1
-------------------	------	-----

Eiweiss (g)	31,0	12,1
-------------	------	------

Salz (g)	3,65	1,42
----------	------	------