

# Naturdiet Nougat.

## Näringsvärdestabell

Näringsvärde	per 100 g	per bar (58 g)	% av DRI (per 58 g)
Energi (kJ)	1450	850	
Energi (kcal)	350	200	
Protein (g)	23	13	
Kolhydrater (g)	41	24	
varav sockerarter (g)	14	8	
varav mjölksocker (g)	-	-	
Fett (g)	12	6,7	
varav mättat fett (g)	5,6	3,2	
varav fleromättat fett (g)	-	-	
varav linolsyra (g)	-	-	
varav linolensyra (g)	-	-	
Fiber (g)	6,7	3,9	
Salt (g)	1,1	0,6	
Vitamin A (µg)	414	240	30 %
Vitamin D (µg)	2,6	1,5	30 %
Vitamin E (mg)	6,2	3,6	30 %
Vitamin K (µg)	38,8	22,	30 %
Vitamin C (mg)	41,4	24	30 %
Tiamin (mg)	0,57	0,33	30 %
Riboflavin (mg)	0,72	0,42	30 %
Niacin (mg)	8,3	4,8	30 %
Vitamin B6 (mg)	0,72	0,42	30 %
Folsyra (µg)	103	60	30 %
Vitamin B12 (µg)	1,29	0,75	30 %
Biotin (µg)	25,9	15	30 %
Pantotensyra (mg)	3,10	1,8	30 %
Kalium (mg)	862	500	25 %
Kalcium (mg)	414	240	30 %
Fosfor (mg)	362	210	30 %
Magnesium (mg)	194	112,5	30 %
Järn (mg)	7,24	4,2	30 %
Zink (mg)	5,17	3	30 %
Koppar (mg)	0,52	0,3	30 %
Mangan (mg)	1,04	0,6	30 %
Selen (µg)	28,5	16,5	30 %
Jod (µg)	77,6	45	30 %

DRI: dagligt referensintag