

## Naturdiet Shake Cookies & Cream

### Näringsvärdestabell

Näringsvärde	per 100 ml	per 330 ml (1 måltid)	% av DRI (per 330ml)
Energi (kJ)	190	650	
Energi (kcal)	50	150	
Protein (g)	4,3	14	
Kolhydrater (g)	3,2	10,6	
varav sockerarter (g)	2,4	7,9	
varav mjölksocker (g)	-	-	
Fett (g)	1,3	4,3	
varav mättat fett (g)	<0,5	0,8	
varav fleromättat fett (g)	-	-	
varav linolsyra (g)	<0,5	1,3	
varav linolensyra (g)	-	-	
Fiber (g)	2	6,5	
Salt (g)	0,2	0,6	
Vitamin A (µg)	64	210	26 %
Vitamin D (µg)	0,4	1,3	26 %
Vitamin E (mg)	0,8	2,6	22 %
Vitamin K (µg)	5,6	19	25 %
Vitamin C (mg)	4,8	16	20 %
Tiamin (mg)	0,1	0,33	30 %
Riboflavin (mg)	0,13	0,43	31 %
Niacin (mg)	1,4	4,6	29 %
Vitamin B6 (mg)	0,16	0,52	38 %
Folsyra (µg)	17	56	28 %
Vitamin B12 (µg)	0,23	0,76	30 %
Biotin (µg)	8	26	53 %
Pantotensyra (mg)	0,4	1,3	22 %
Kalium (mg)	190	630	31 %
Klorid (mg)	110	360	45 %
Kalcium (mg)	120	390	49 %
Fosfor (mg)	72	240	34 %
Magnesium (mg)	22	73	19 %
Järn (mg)	1,2	4	28 %
Zink (mg)	1	3,3	33 %
Koppar (mg)	0,16	0,53	53 %
Mangan (mg)	0,24	0,79	40 %
Selen (µg)	4	13	24 %
Krom (µg)	5,6	19	46 %
Molybden (µg)	12	40	79 %
Jod (µg)	12	40	27 %

% DRI: Avdagligt referensintag