

## Wildberry, drinkmix, 15 port.

### Näringsvärdetabell

Näringsvärde	per 100 g	per 33 g (1 måltid)	per dag (5 påsar)	% av RDI (per dag)
Energi (kJ)	1440	475	2380	
Energi (kcal)	345	115	570	
Protein (g)	36	12	60	
Kolhydrater (g)	32	11	53	
varav sockerarter (g)	20	6,5	33	
varav mjölksocker (g)	< 0,1	< 0,1	< 0,1	
Fett (g)	4,5	1,5	7,4	
varav mättat fett (g)	0,6	0,2	1,1	
varav fleromättat fett (g)	2,4	0,8	3,9	
varav linolsyra (g)	2,0	0,7	3,4	
varav linolensyra (g)	0,3	0,1	0,5	
Fiber (g)	12	4,0	20	
Natrium (mg)	1200	400	1970	
Vitamin A (µg)	600	200	1000	125 %
Vitamin D (µg)	3,0	1,0	5,0	100 %
Vitamin E (mg)	6,9	2,3	11	95 %
Vitamin K (µg)	42	14	70	92 %
Vitamin C (mg)	36	12	60	74 %
Tiamin (mg)	0,9	0,3	1,4	135 %
Riboflavin (mg)	1,0	0,3	1,7	118 %
Niacin (mg)	11	3,6	18	113 %
Vitamin B6 (mg)	1,3	0,4	2,1	153 %
Folsyra (µg)	150	50	250	125 %
Vitamin B12 (µg)	1,8	0,6	3,0	119 %
Biotin (mg)	0,06	0,02	0,1	198 %
Pantotensyra (mg)	3,6	1,2	5,8	97 %
Kalium (mg)	1780	590	2940	149 %
Klorid (mg)	1690	560	2790	349 %
Kalcium (mg)	550	180	910	135 %
Fosfor (mg)	660	220	1090	156 %
Magnesium (mg)	240	80	390	106 %
Järn (mg)	12	4,1	20	141 %
Zink (mg)	7,3	2,4	12	120 %
Koppar (mg)	1,2	0,4	2,0	198 %
Mangan (mg)	1,5	0,5	2,5	124 %
Selen (µg)	33	11	55	99 %
Krom (µg)	50	17	83	206 %
Molybden (µg)	90	30	150	300 %
Jod (µg)	93	31	150	102 %

RDI: rekommenderat dagligt intag