

Labužnická směs

Nutriční data				hodnota
	g/100 g	1 porce (120 g)	% DDD v porci	
Energetická hodnota kJ/kcal	392,7 / 93,78	471,4 / 112,5	5,6	
Bílkoviny	6,6	7,92	15,8	dobry
Tuky celkem	2,39	2,9	4,1	
nasyčené	0,18	0,22	1,1	
mononenasyčené	1,56	1,9		
omega 9	1,5	1,8		
polynenasycené	0,66	0,8		
omega 3	0,15	0,18	12	dobry
omega 6	0,49	0,59	10	dobry
Sacharidy celkem	11,3	13,6	5	
cukry	9,82	11,8	13	
vláknina				

Hodnocení živin:

10-19 % DDD	Dobry
20-29 % DDD	Vyborny
30 a více DDD	Vynikající