

Nährstoffe	pro 100 g	pro 1 Stück	% NRV*	pro 3 Stück	% NRV**	Nährwertangaben	pro 100 g
Vitamin A	2.326 µg	100 µg	13 %	300 µg	38 %	Brennwert	1.627 kJ
Vitamin B1	7,0 mg	0,30 mg	27 %	0,90 mg	82 %		384 kcal
Vitamin B2	8,0 mg	0,35 mg	25 %	1,05 mg	75 %	Fett	4,5 g
Niacin (B3)	105 mg	4,5 mg	28 %	13,5 mg	84 %	davon gesättigte	4,0 g
Vitamin B6	9,3 mg	0,40 mg	29 %	1,2 mg	86 %	Fettsäuren	
Vitamin B12	11,6 µg	0,50 µg	20 %	1,5 µg	60 %	Kohlenhydrate	85 g
Vitamin C	581 mg	25 mg	31 %	75 mg	94 %	davon Zucker	56 g
Vitamin D	46,5 µg	2,0 µg	40 %	6,0 µg	120 %	davon mehr-	0 g
Vitamin E	70 mg	3,0 mg	25 %	9,0 mg	75 %	wertige Alkohole	
Eisen	35 mg	1,5 mg	11 %	4,5 mg	32 %	Ballaststoffe	1,9 g
Folsäure	1.744 µg	75,0 µg	38 %	225 µg	113 %	Eiweiß	0 g
Zink	47 mg	2,0 mg	20 %	6,0 mg	60 %	Salz	0,006 g

*% NRV: Nährstoffbezugswerte gemäß Verordnung (EU) No. 1169/2011 bezogen auf ein Stück

**% NRV: Nährstoffbezugswerte gemäß Verordnung (EU) No. 1169/2011 bezogen auf drei Stück