

| 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     | 57 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