



Zutaten: Kartoffeln, Sonnenblumenöl (34%), Salz.

Durchschnittliche Nährwerte pro

	100g	30g ¹	RI* 30g
Energie	2309 KJ 554 Kcal	693 KJ 166 kcal	8%
Fett	34 g	10 g	14%
davon gesättigte Fettsäuren	3,4 g	1,0 g	5%
davon einfach unges. Fettsäuren	27 g	8,1 g	
davon mehrfach unges. Fettsäuren	3,4 g	1,0 g	
Kohlenhydrate	54 g	16 g	
davon Zucker	0,3 g	0,1 g	<1 %
Ballaststoffe	4,0 g	1,2 g	
Eiweiß	6,4 g	1,9 g	
Salz	1,3 g	0,39 g	7%

*RI = Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400KJ/2000kcal).

Die individuellen Nährstoffbedürfnisse können höher oder niedriger sein, abhängig von körperlicher Aktivität und anderen Faktoren. ¹Durchschnittliche Portion. Diese Packung enthält 5-6 Portionen.