



Zutaten: Kartoffeln, pflanzliche Öle (Mais, Sonnenblume, Raps in veränderlichen Gewichtsanteilen), Salz.

Durchschnittliche Nährwerte pro	100g	30g <sup>1</sup>	RI* 30g
Energie	2289 kJ 549 kcal	687 kJ 165 kcal	8 %
Fett	34 g	10,1 g	14 %
davon gesättigte Fettsäuren	4,2 g	1,3 g	6 %
Kohlenhydrate	53 g	16 g	
davon Zucker	0,5 g	0,1 g	<1 %
Ballaststoffe	4,4 g	1,3 g	
Eiweiß	6,1g	1,8 g	
Salz	1,1 g	0,33 g	5 %

\*RI= Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400kJ/2000kcal). Die individuellen Nährstoffbedürfnisse können höher oder niedriger sein, abhängig von körperlicher Aktivität und anderen Faktoren.

<sup>1</sup>Durchschnittliche Portion. Diese Packung enthält 5-6 Portionen.