

EQ3

fit peanut crunch

| EQ3 fit peanut crunch Voedingswaarde / Valeurs nutritionnelles | | 100g | % RI** | 1 reep/barre (65g) | % RI** |
|---|------|-------|--------|-----------------------|--------|
| Energiewaarde / Valeur énergétique | kJ | 1481 | 18% | 962 | 12% |
| | kcal | 354 | 18% | 230 | 12% |
| Vetten / Lipides | g | 11,1 | 16% | 7,2 | 10% |
| Waarvan verzadigde vetzuren / Dont acides gras saturés | g | 2,5 | 13% | 1,6 | 8% |
| Waarvan polyonverzadigde vetzuren / Dont acides gras poly insaturés | g | 3,6 | 144% | 2,3 | 94% |
| Koolhydraten / Glucides | g | 28,4 | 11% | 18,5 | 7% |
| Waarvan suikers / Dont sucres | g | 10,6 | 12% | 6,8 | 8% |
| Voedingsvezels / Fibres | g | 18,4 | 61% | 11,9 | 39% |
| Eiwitten / Protéines | g | 28,0 | 57% | 18,2 | 37% |
| Zout/Sel | g | 1,19 | 20% | 0,77 | 13% |
| Natrium / Sodium | mg | 477 | | 313 | |
| Kalium / Potassium | mg | 933 | 46% | 606 | 30% |
| Fosfor / Phosphore | mg | 655 | 95% | 432 | 62% |
| Calcium | mg | 373 | 46% | 242 | 30% |
| Magnesium / Magnésium | mg | 176,1 | 47% | 114,5 | 30% |
| Mangaan / Manganèse | mg | 1,39 | 69% | 0,90 | 45% |
| Ijzer / Fer | mg | 11,2 | 80% | 7,3 | 52% |
| Zink / Zinc | mg | 5,7 | 57% | 3,7 | 37% |
| Koper / Cuivre | mg | 1,07 | 107% | 0,69 | 69% |
| Jood / Iodure | µg | 70,4 | 47% | 45,8 | 30% |
| Seleen / Sélénium | µg | 25,8 | 47% | 16,75 | 30% |
| Chroom/Chrome | µg | 18 | 47% | 12 | 31% |
| Molybdeen/Molybdène | µg | 23,6 | 47% | 15,3 | 30% |
| Fluor | mg | 1,65 | 47% | 1,05 | 30% |
| Vitamine A (RE) | µg | 375 | 47% | 244 | 30% |
| Vitamine D | µg | 2,35 | 47% | 1,5 | 30% |
| Vitamine E (TE) | mg | 5,7 | 48% | 3,7 | 31% |
| Vitamine K1 | µg | 46 | 62% | 30 | 40% |
| Vitamine C | mg | 37,5 | 47% | 24,4 | 30% |
| Vitamine B1 | mg | 0,52 | 47% | 0,34 | 31% |
| Vitamine B2 | mg | 0,75 | 53% | 0,49 | 35% |
| Vitamine B3 (Niacine) | mg | 8,4 | 53% | 5,5 | 34% |
| Pantotheenzuur/Acide pantothénique | mg | 2,80 | 46% | 1,85 | 31% |
| Vitamine B6 | mg | 0,93 | 67% | 0,61 | 43% |
| Vitamine B8 (Biotine) | µg | 23,4 | 47% | 15,2 | 30% |
| Foliumzuur / Acide folique | µg | 93,8 | 47% | 61 | 30% |
| Vitamine B12 | µg | 1,17 | 47% | 0,76 | 30% |

*Een gebruiksklare portie = 1 reep (65g). **RI= Referentie inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ/2000 kcal) vlg. 2008/100/EG,1169/2011 EG. De voedingswaarde is een gemiddeld gegeven, onderhevig aan de fluctuatie van de grondstoffen.

*Une portion prête à l'emploi = 1 barre (65g). **RI = Apports de référence pour un adulte type (8400 kJ/2000 kcal) selon 2008/100/EG,1169/2011CE Les valeurs nutritives sont des données moyennes et sont inférieures à la variable naturelle des produits à base de matières premières naturelles.