

Kanapatonki

Ruoka-aineen nimi

- 1 Moniviljapatonki raakapakaste
Salaattisekotus
Kanatahna
Kurkku tuore

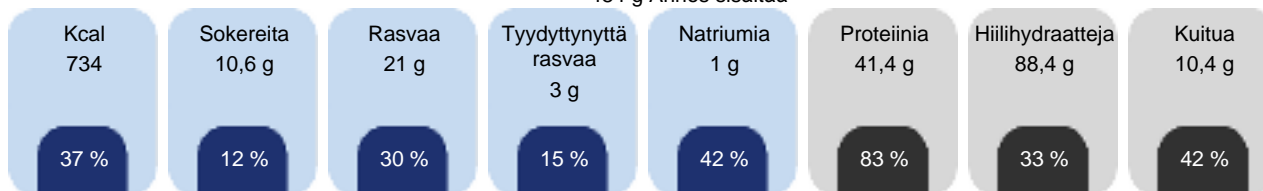
Ravintoarvot

100 g annos sisältää

Energia:	0,63 MJ	Rasva:	4,34 g	Tiamiini	0,13 mg
	634,89 kj	Tyydyttyneet	0,63 g	Riboflaviini	0,12 mg
	151,74 kcal	Hiilihydraatit:	18,26 g	C-vitamiini:	2,40 mg
Suola:	0,52 g	Proteiini:	8,56 g	Rauta:	1,54 mg

Rajoittavat aineet: Ei rajoittavia aineita

484 g Annos sisältää



Aikuisen viitteellisestä päiväsaannista. Perustana 2000 kcal ruokavalio.

Painot
Kokonaispaino
Annoskoko

Raaka
0,484 kg
484 g

Kypsymishävikki
0,00 %

Kypsä
0,484 kg
484 g

Jakeluhävikki
0,00 %

Lopullinen
0,484 kg
484 g