

Paahtopaistipatonki

Ruoka-aineen nimi

- 1 Moniviljapatonki raakapakaste
Salaattisekotus
Paahtopaisti viipale
Suolakurkku
Marinoitu punasipuli
Piparjuurimajoneesi

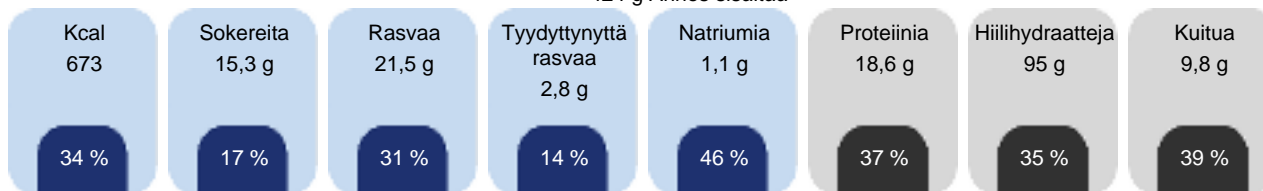
Ravintoarvot

100 g annos sisältää

Energia:	0,66 MJ 663,82 kj 158,65 kcal	Rasva:	5,07 g	Tiamiini	0,13 mg
		Tyydyttyneet	0,65 g	Riboflaviini	0,10 mg
		Hiihihydraatit:	22,41 g	C-vitamiini:	1,66 mg
Suola:	0,63 g	Proteiini:	4,38 g	Rauta:	1,54 mg

Rajoittavat aineet: Ei rajoittavia aineita

424 g Annos sisältää



Aikuisen viitteellisestä päiväsaannista. Perustana 2000 kcal ruokavalio.

Painot	Raaka	Kypsymishävikki	Kypsä	Jakeluhävikki	Lopullinen
Kokonaispaino	0,424 kg	0,00 %	0,424 kg	0,00 %	0,424 kg
Annoskoko	424 g		424 g		424 g