

MEHUKEITTO

ruoka-aineen nimi

- 1 Sekamehu mehukas 1+3
Mustaherukkamehu
vesi
Sokeri ruskeakide
maizena Snowflake

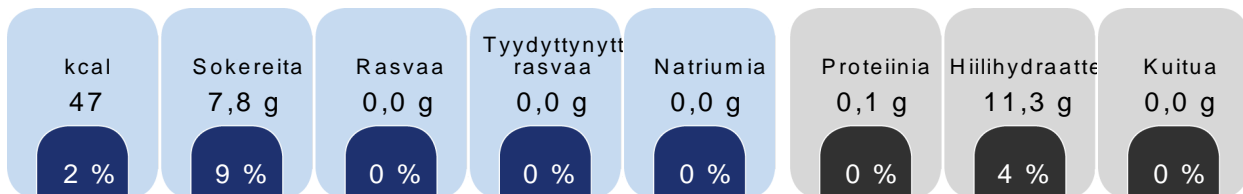
PAINO1	Raaka	kypsymishävikki	Kypsä	jakeluhävikki	Lopullinen
annoskoko	1115 g	5 %	1059 g	5 %	1006 g

RAVINTOSISÄLTSAANTI 100 g kohden

Energiaravintoain		Energia	Kivennäisaine		Vitamiini	
Rasva	0,01 g 0,19 %	47,09 kcal	Natrium	6,90 mg	A-vitamiini	0,96 ug
Tyydyttyneet	0,00 g 0,00 %	197,04 kJ	Kalium	28,17 mg	D-vitamiini	0,00 ug
Monoeenit	0,00 g 0,00 %	0,20 MJ	Kalsium	5,19 mg	Tiamiini (b1)	0,01 mg
Monitydytt.	0,01 g 0,19 %		Magnesium	6,04 mg	Riboflaviini (b2)	0,00 mg
Hiilihydraatti	11,33 g 97,75 %		Fosfori	4,73 mg	Niasiiniekv.	0,04 mg
Proteiini	0,08 g 0,69 %		Rauta	0,09 mg	Pyridoksiini (b6)	0,15 mg
Laktoosi	0,00 g		Sinkki	0,01 mg	B12-vitamiini	0,00 ug
Kolesteroli	0,00 mg		Suola	0,01 g	Foolihappo	0,87 ug
Ravintokuitu	0,00 g		Suola-%	0,01 %	C-vitamiini	2,59 mg
Linolihappo	0,00 g 0,00 %		Vesi	89,11 g	E-vitamiini	0,00 mg
Sokeri	5,60 g 5,60 %	0,19 % 97,75 % 0,69 %				
Sokerit yht.	7,80 g					

VIITTEELLINEN PÄIVÄSAANTI

100 g annos sisältää



aikuisen viitteellisestä päiväsaannista. Perustana 2000 kcal ruokavalio.