

Età 9-13 anni

kcal:	640
-------	-----

MINERALI:

PROTEINE	11 %
17 g	

Proteine vegetali: #DIV/0! %

CARBOIDRATI	59 %
100 g	

semplici: 11 % kcal
19 g

semplici: 19 % Carboidrati totali
19 g

Fibra: 5,4 g

LIPIDI	30 %
22 g	

Colesterolo: 223 mg

ac. grassi saturi: 5,9 % Lipidi totali
4 g

Sodio: 94,6 mg

Potassio: 422,2 mg

Ferro: 2,8 mg

Calcio: 105,5 mg

Fosforo: 248,6 mg