

# Berry Boost Less sugar smoothie

## 451133707



NÄRINGSDEKLARATION/ RAVINTOSISÄLTÖ:	Per 100 ml	Per 330 ml	
Energi/energiaa	267/64 kJ/kcal	881/210 kJ/kcal	
Fett/Rasvaa	1,8 g	5,8 g	
varav/heraf/josta			
- mättat fett/ tyydytynyttä rasvaa	0,3 g	1,0 g	
- enkelömättat fett/ kertatyydyttymätöntä rasvaa	0,4 g	1,3 g	
- fleromättat fett/ monityydyttymätöntä rasvaa	0,8 g	2,6 g	
Kol-/karbohydrater/ Hiilihydraatteja	6,7 g	22 g	
varav/heraf/josta			
- sockerarter/sokereita	6,4 g	21 g	
Kostfiber/Ravintokuitua	2,0 g	6,6 g	
Protein/Proteiinia	4,3 g	14 g	
Salt/Suolaa	0,18 g	0,60 g	
Vitamin A/A-vitamiini	74 µg	9*	245 µg 31*
Vitamin D/D-vitamiini	0,50 µg	10*	1,8 µg 36*
Vitamin E/E-vitamiini	1,1 mg	9*	3,5 mg 29*
Vitamin C/C-vitamiini	4,8 mg	6*	16 mg 20*
Tiamin/Tiamiini	0,10 mg	9*	0,38 mg 35*
Riboflavin/Riboflaviini	0,20 mg	14*	0,56 mg 40*
Niacin/Niasiini	1,9 mg	12*	6,3 mg 39*
Vitamin B6/B6-vitamiini	0,20 mg	14*	0,53 mg 38*
Folsyra/Foolihappo	21 µg	11*	70 µg 35*
Vitamin B12/ B12-vitamiini	0,40 µg	16*	1,4 µg 56*
Biotin/Biotiini	2,1 µg	4*	7,0 µg 14*
Pantotensyra/ Pantoteenihappo	0,30 mg	5*	1,0 mg 17*
Kalium	159 mg	8*	524 mg 26*
Kalcium/Kalsium	118 mg	15*	389 mg 49*
Fosfor/Fosfori	98 mg	14*	322 mg 46*
Magnesium	14 mg	4*	47 mg 13*
Järn/Rauta	1,7 mg	12*	5,6 mg 40*
Zink/Sinkki	1,0 mg	10*	3,3 mg 33*
Koppar/Kupari	0,10 mg	10*	0,38 mg 38*
Mangan/Mangaani	0,10 mg	5*	0,35 mg 18*
Selen/Seleeni	5,8 µg	11*	19 µg 35*
Jod/Jodi	14 µg	9*	45 µg 30*
Linolsyra/linolihappoa	0,8 g		2,6 g
Laktos/laktoosia	<1,0 g		<3,3 g

\* % av dagligt referensintag/referenceværdi/  
vuorokautisen saannin vertailuarvosta