

HRANILNA VREDNOST	Na 100g	
	praška	Na 100 ml pripravljenega obroka
Energijska vrednost		
	kJ	2150
	kcal	514
Maščobe, od tega:	g	26,3
- nasičene maščobne kisline	g	6,3
- enkrat nenasičene maščobne kisline	g	13,2
- večkrat nenasičene maščobne kisline	g	4,7
- α-linolenska kislina (omega-3)	mg	340
- dokozaheksaenojska kislina (DHK) (omega-3)	mg	130
- linolna kislina (omega-6)	mg	3900
- arahidonska kislina	mg	130
Ogljikovi hidrati, od tega:	g	57,6
- sladkorji	g	38,4
- laktoza	g	38,4
- škrob	g	16,9
Vlaknine	g	3,7
- frukto-oligosaharidi	g	0,31
- galakto-oligosaharidi	g	2,76
Beljakovine	g	9,8
Sol	g	0,49
Natrij	mg	195
Kalij	mg	550
Klorid	mg	420
Kalcij	mg	350
Fosfor	mg	205
Magnezij	mg	64
Železo	mg	5,3
Cink	mg	5,0
Baker	mg	0,40
Mangan	μg	124
Fluorid	μg	<514
Selen	μg	29
Krom	μg	<51
Molibden	μg	<72
Jod	μg	110
Vitamin A	μg RE	500
Vitamin D	μg	13
Vitamin E	mg TE	11
Vitamin K	μg	35
Vitamin C	mg	77
Vitamin B1 (tiamin)	mg	0,45
Vitamin B2 (riboflavin)	mg	0,48
Niacin	mg	3,5
Vitamin B6	mg	0,26
Folat	μg DFE	170
Vitamin B12	μg	1,3
Biotin	μg	11
Pantotenska kislina	mg	2,5
Tavrin	mg	32
Karnitin	mg	15
Holin	mg	180
Inozitol	mg	36
Nukleotidi	mg	15