

ESN PROTEIN PUDDING

NÄHRWERTE ALLER GESCHMACKSRICHTUNGEN



Vanilla	pro 100 g	pro Portion (30 g)*
Brennwerte	1548 kJ / 370 kcal	468 kJ / 112 kcal
Fett	3,5 g	1,1 g
davon gesättigte Fettsäuren	2 g	0,6 g
Kohlenhydrate	4,5 g	1,4 g
davon Zucker	3,5 g	1,2 g
Protein	80 g	24 g
Salz	0,5 g	0,15 g

Chocolate	pro 100 g	pro Portion (30 g)*
Brennwerte	1531 kJ / 366 kcal	464 kJ / 111 kcal
Fett	5 g	1,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	0,7 g
Kohlenhydrate	4 g	1,3 g
davon Zucker	3 g	1 g
Protein	76 g	23 g
Salz	0,6 g	0,2 g

* Portionsgröße (30 g) in 200 ml Wasser

Bei anderen Zubereitungen als mit Wasser sind geänderte Brenn- und Nährwerte zu berücksichtigen.