

Rapeita hiutaleita täysjyvävehnästä, -kaurasta ja riisistä sekä jogurttikuoorrutettuja hiutaleita. Sisältää 5 vitamiinia, kalsiumia ja rautaa.

AINEKSET: Täysjyväjauhot (49,4%) [**vehnä** (43,3%), **kaura** (6,1%)], riisi (31,8%), jogurttikuoorrute (14,8%) [(sokeri, palmuöljy, **herajauhe (maito)**, **maitoproteiini**, **jogurttijauhe** (0,4%) (**jogurtti**hapatteella fermentoitu rasvaton **maito**), emulgointiaine (**soijalesitiini**), happamuudensäätöaineet (maitohappo, kalsiumlaktatti), luontainen aromi (vanilja)], sokeri, tumma inverttisokerisiirappi, mallasuute (**ohra**), vitamiinit ja kivennäisaineet (kalsium, niasiini, rauta, pantoteenihappo, B6-vitamiini, riboflaviini, foolihappo), suola, pintakäsitelyaine [arabikumi, sakeuttamisaine (polydeksstroosi), glukoosisiirappi], glukoosisiirappi, hapettumisenestoaine (tokoferoliuute).

SAATTA SISÄLTÄÄ MAAPÄHKINÄÄ JA PÄHKINÄÄ.

Krispiga flingor av fullkornsvete, fullkornshavre och ris och flingor med ett överdrag av yoghurt. Innehåller 5 vitaminer, kalcium och järn.

INGREDIENSER: Fullkornsmjöl (49,4%) [**vete** (43,3%), **havre** (6,1%)], ris (31,8%), yoghurtöverdrag (14,8%) [(socker, palmolja, **vasslepulver (mjölk)**, **mjölksprotein**, **yoghurtpulver** (0,4%), (**skummjölk**, fermentert med mjölksyrakultur), emulgeringsmedel **sojalecitin**), surhetsreglerande medel (mjölksyra, kalsiumlaktat), naturlig arom (vanilj)], socker, mörk invertsockersirap, maltextrakt (**korn**), vitaminer och mineraler (kalcium, niacin, järn, pantotensyra, vitamin B6, riboflavin, folsyra), salt, ytbehandlingsmedel [gummi arabicum, förtjockningsmedel (polydextros), glukossirap], glukossirap, anti-oxidationsmedel (tokoferol extrakt).

KAN INNEHÅLLA JORDNÖTTER OCH NÖTTER.

100 g Fitness yogurtflakes sisältää/innehåller
49 g täysjyvää/fullkorn.

Ravintoarvo- ilmoitus/ Närings- deklaration	Per 100 g Fitness Yoghurt	Per 30 g Fitness Yoghurt	Per annos/ portion 30 g + 125 ml rasvatonta maitoa/fettfri mjölk
Energia/Energi	1663 kJ 394 kcal	499 kJ 118 kcal	684 kJ 161 kcal
Rasva/Fett	6,3 g	1,9 g	2,0 g
-joista tyydyttyneet rasvat/-varav mättat fett	4,8 g	1,4 g	1,5 g
Hiilihydraatit/ Kolhydrat	72,2 g	21,7 g	28,1 g
-joista sokerit/ -varav sockerarter	18,0 g	5,4 g	11,5 g
Ravintokuitu/ Fiber	6,7 g	2,0 g	2,0 g
Proteiini/Protein	8,6 g	2,6 g	6,9 g
Suola/Salt	0,85 g	0,26 g	0,43 g

Annostellaan lapselle huomioiden lapsen ikä/
Portionerna ska anpassas barn i olika åldrar.

Tämä pakkaus sisältää n. 11 annosta à 30 g. Yksi 30 g annos
Fitness Yogurtflakes muroja vastaa n. 5 ruokalusikallista.

Denna förpackningen innehåller ca. 11 portioner av 30 g. En portion
30 g Fitness Yogurtflakes motsvarar ungefär 5 matskedar.

Vitamiinit ja kivennäisaineet / Vitaminer och mineraler

% = päivittäisen saannin vertailuarvosta/av dagligt referensintag

Riboflaviini/ Riboflavin (B2)	1,11 mg	79%	0,33 mg	24%	0,55 mg	40%
Niasini/Niacin	11,2 mg	70%	3,36 mg	21%	3,47 mg	22%
B6-vitamiini/ Vitamin B6	1,00 mg	71%	0,30 mg	21%	0,38 mg	27%
Foolihappo/ Folsyra	130 µg	65%	39,0 µg	20%	45,5 µg	23%
Pantoteenihappo/ Pantotensyra	4,44 mg	74%	1,33 mg	22%	1,74 mg	29%
Kalsium/Kalcium	580 mg	73%	174 mg	22%	333 mg	42%
Rauta/Järn	11,0 mg	79%	3,30 mg	24%	3,45 mg	25%