

<b>ERNÄHRUNGS-INFORMATION: SPAR Vital Aufstrich mit Frischkäse Kräuter enthält durchschnittlich</b>				je Portion (ca. 70g)
	je 100 g		je Portion (ca. 70g)	
Energiewert	554 kJ/133 kcal		388 kJ/93kcal	5 %
Eiweiß	10 g		7 g	14 %
Kohlenhydrate	3 g		2,1 g	1 %
davon Zucker	3 g		2,1 g	2 %
Fett	9 g		6,3 g	9 %
davon ges. Fettsäuren	8,1 g		5,7 g	29 %
davon einf. unges. Fettsäuren	0,7 g		0,5 g	
davon mehrf. unges. Fettsäuren	0,16 g		0,1 g	
davon Cholesterin	<0,1 mg		<0,1 mg	
Ballaststoffe	0 g		0 g	0 %
Natrium	0,16 g		0,1 g	4 %
Vitamin B12	1,8 µg	180 %*	1,26 µg	126 %*
Phosphor	170 mg	21 %*	119 mg	15 %*
<b>*% vom empfohlenen Tagesbedarf</b>				
Broteinheiten	0,3 BE		0,2 BE	

<b>ERNÄHRUNGS-INFORMATION: SPAR Vital Aufstrich mit Frischkäse Natur enthält durchschnittlich</b>				je Portion (ca. 70g)
	je 100 g		je Portion (ca. 70g)	
Energiewert	554 kJ/133 kcal		388 kJ/93kcal	5 %
Eiweiß	10 g		7 g	14 %
Kohlenhydrate	3 g		2,1 g	1 %
davon Zucker	3 g		2,1 g	2 %
Fett	9 g		6,3 g	9 %
davon ges. Fettsäuren	8,1 g		5,7 g	29 %
davon einf. unges. Fettsäuren	0,7 g		0,5 g	
davon mehrf. unges. Fettsäuren	0,16 g		0,1 g	
davon Cholesterin	<0,1 mg		<0,1 mg	
Ballaststoffe	0 g		0 g	0 %
Natrium	0,16 g		0,1 g	4 %
Vitamin B12	1,8 µg	180 %*	1,26 µg	126 %*
Phosphor	170 mg	21 %*	119 mg	15 %*
<b>*% vom empfohlenen Tagesbedarf</b>				
Broteinheiten	0,3 BE		0,2 BE	