

Resource® Soup

Voedingswaarde		Zomergroenten		Groentencrème		Kip	
		100 ml	200 ml	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml
Energie	kJ/kcal	635/151	1270/302	635/151	1270/302	635/151	1270/302
Vetten	(30% kcal) g	5,0	10	5,0	10	5,0	10
<i>waarvan:</i>							
verzadigde vetzuren	g	0,55	1,1	0,55	1,1	0,60	1,2
enkelvoudig onverzadigde vetzuren	g	2,8	5,6	2,8	5,6	2,7	5,4
meervoudig onverzadigde vetzuren	g	1,2	2,4	1,2	2,4	1,1	2,2
Koolhydraten	(52% kcal) g	19,5	39	19,5	39	19,5	39
<i>waarvan:</i>							
suikers	g	4,0	8,0	3,5	7,0	3,6	7,2
lactose	g	< 0,50		< 0,50		< 0,50	
Eiwitten	(18% kcal) g	7,0	14	7,0	14	7,0	14
Zout	g	0,30	0,60	0,21	0,42	0,31	0,62
Mineralen							
Natrium	mg	120	240	85	170	125	250
Kalium	mg	200	400	270	540	150	300
Chloride	mg	180	360	200	400	200	400
Calcium	mg	110	220	110	220	100	200
Fosfor	mg	100	200	100	200	100	200
Magnesium	mg	27	54	27	54	25	50
IJzer	mg	1,7	3,4	1,7	3,4	1,8	3,6
Zink	mg	1,7	3,4	1,8	3,6	1,6	3,2
Koper	mg	0,20	0,40	0,19	0,38	0,16	0,32
Mangaan	mg	0,43	0,86	0,42	0,84	0,36	0,72
Fluoride	mg	0,14	0,28	0,14	0,28	0,11	0,22
Seleen	µg	8,0	16	8,0	16	7,0	14
Chroom	µg	8,0	16	7,5	15	7,0	14
Molybdeen	µg	12	24	12	24	12	24
Jodium	µg	23	46	23	46	19	38
Vitamines							
A	µg	137	274	137	274	137	274
D	µg	1,5	3,0	1,7	3,4	1,5	3,0
E	mg	3,0	6,0	3,0	6,0	2,8	5,6
K	µg	15	30	12	24	12	24
C	mg	19	38	19	38	20	40
Thiamine	mg	0,35	0,70	0,29	0,58	0,37	0,74
Riboflavine	mg	0,26	0,52	0,26	0,52	0,24	0,48
Niacine	mg /mg NE	2,0/3,6	4,0/7,2	1,8/3,3	3,6/6,6	1,5/3,0	3,0/6,0
B6	mg	0,35	0,70	0,35	0,70	0,26	0,52
Foliumzuur	µg	45	90	45	90	35	70
B12	µg	0,40	0,80	0,60	1,2	0,14	0,28
Biotine	µg	7,5	15	7,5	15	8,5	17
Pantotheenzuur	mg	1,0	2,0	1,0	2,0	0,95	1,9
Watergehalte	g	77		75		77	
Osmolariteit	mOsm/l	490		480		485	