

Verantwoorde tussendoortjes kinderen

Product	Appel (Elstar)	Banaan	Nijntje dreumesbiscuit	Liga kinderbiscuits	Biologische Fruitjes
	Per 100g	Per 100g	Per biscuit 7,5g	Per biscuit 14,6g	Per snoepje 3g
					
Energie Kcal(KJ)	59kca	87kcal	31kcal	59kcal	17kcal
Eiwitten	0,3g	1g	0,5g	1,2g	0,1g
Koolhydraten	13g	20g	5,8g	10g	4,2g
Waarvan suikers	10g	17g	1,7g	3,3g	3,2g
Vet	0,2g	0,2g	0,7g	1,3g	0g
Verzadigd vet	0g	0,1g	0,3g	0,22g	0g
Transvet	-	-	-	-	-
EOV	-	-	-	-	-
MOV	-	-	-	-	-
Zout	-	-	0,01g	<0,01g	0,02g
Bijzonderheden			Rijk aan vitamine B1/Zoutarm		0,7g vezels

Product	Bio komkommer	Wortel	AH Soepstengel naturel	Rijstwafel meergranen	Kwarksnack Aardbei
	Per 100g	Per 100g	1 stengel 6g	Per 100g	1 snack = 90g
					
Energie Kcal(KJ)	14kcal	34kcal	24,3kcal	365kcal	70,2kcal
Eiwitten	0,7g	0,7g	0,72g	8g	6,3g
Koolhydraten	1,5g	5,5g	4,38g	74g	8,1g
Waarvan suikers	1,5g	4,5	0,09g	1,5g	7,2g
Vet	0,4g	0,3g	0,39g	3g	1,35g
Verzadigd vet	0,1g	0,1g	0,06g	0,7	0,9g
Transvet	-	-	-	-	-
EOV	-	-	-	-	-
MOV	-	0,2g	-	-	-
Zout	-	0,1g	0,078g	0,8	0,081g
Bijzonderheden			0,078g zout toegevoegd		