

Product Broodbeleg Hart/zoet	 Halvajam	 Smeerkaas 20+	 Cottage Cheese (huttekase)	 Kipfilet	 Appelstroop verrijkt met ijzer	 Klassieke Hummus
Energie Per 100 gram	118 kcal	137 kcal	92 kcal	125 kcal	287 kcal	322 kcal
Eiwitten	0,5 gram	17,2 gram	11,2 gram	17,5 gram	1,6 gram	7,7 gram
Koolhydraten	27,7 gram	1,7 gram	3 gram	3,4 gram	67,6 gram	11,9 gram
waarvan suikers		1 gram	3 gram	1,5 gram	57 gram	0 gram
Vet	0,2 gram	6,8 gram	3,9 gram	4,4 gram	0 gram	25,8 gram
Verz v	0 gram	3,8 gram	2,5 gram	1,5 gram	0 gram	4,4 gram
Transvet	0 gram	0,3 gram	0,1 gram	0,1 gram	0 gram	0 gram
Zout		2 gram	0,8 gram	2,18 gram	0,1 gram	1 gram
Extra					ijzer: 10,5 mg kalium: 530mg	