

Basiskost

Tomatencreme Suppe



Zutaten:

Milcheiweiß, Tomatenpulver, Inulin, Fettpulver (**Sojaöl**, Maltodextrin, **Milcheiweiß**, **Sojalecithin**), Hefeextrakt, Speisesalz, Zwiebelgranulat, Karottengranulat, Lauchgranulat, Aroma, Zitronensäure, Verdickungsmittel: Xanthan, Thymianpulver, Kurkuma Pulver, **Sellerieblattpulver**, Petersilie, Magnesiumoxid, Knoblauchgranulat, Farbstoff: Beta-Carotin, Paprikapulver, Siliziumdioxid, D-alpha Tocoperylacetat, Eisen-II-sulfat, Ascorbinsäure, Zinksulfat, Kaliumcitrat, Pteroylmonoglutaminsäure, Nicotinamid, Natriumselenit, D-Biotin, Cayenne Pfeffer, Farbstoff: Fruchtröt (E 129), Kupfersulfat, Vitamin A-Acetat, Mangan-II-sulfat, Calcium-D-pantothenat, Riboflavin, Kaliumjodid, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Cholecalciferol.

Nährwertangaben

	Pro 100g Pulver	% NRV*	pro Portion (35g Pulver in 300 ml Milch)	% NRV*
Brennwerte (kJ)	1.277 kJ		1.037 kJ	
Brennwerte (kcal)	305 kcal		248 kcal	
Fett	6,5 g		6,8 g	
davon gesättigte Fettsäuren	1,3 g		3,4 g	
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	1,6 g		1,8 g	
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,3 g		1,4 g	
Kohlenhydrate	24,9 g		23,1 g	
davon Zucker	15,1 g		19,7 g	
Ballaststoffe	17,1 g		6,0 g	
Eiweiß	30,1 g		20,7 g	
Salz	10,86 g		4,16 g	
Vitamin A	818 µg	102%	325 µg	41%
Vitamin D	4,11 µg	82%	1,52 µg	30%
Vitamin E	17,9 mg	149%	6,4 mg	53%
Vitamin C	70,5 mg	88%	29,8 mg	37%
Thiamin (Vitamin B1)	1,8 mg	164%	0,7 mg	68%
Riboflavin (Vitamin B2)	3,1 mg	223%	1,6 mg	117%
Niacin	24,6 mg	154%	8,9 mg	55%
Vitamin B6	2,0 mg	142%	0,8 mg	60%
Folsäure	320,0 µg	160%	124,6 µg	62%
Vitamin B12	2,8 µg	113%	2,3 µg	90%
Biotin	140,3 µg	281%	59,6 µg	119%
Pantothensäure	4,6 mg	76%	2,6 mg	44%
Kalium	1.306,6 mg	65%	922,3 mg	46%
Calcium	624,5 mg	78%	572,6 mg	72%
Phosphor	509,5 mg	73%	451,3 mg	64%
Magnesium	231,6 mg	62%	117,1 mg	31%
Eisen	24,3 mg	173%	8,6 mg	62%
Zink	15,3 mg	153%	6,5 mg	65%
Kupfer	1,7 mg	171%	0,6 mg	63%
Mangan	1,88 mg	94%	0,67 mg	33%
Selen	83,1 µg	151%	29,1 µg	53%
Zink	294,0 µg	196%	112,8 µg	75%

* Nährstoffbezugswert (NRV)