

SODORT SÓS KIFLI

Tápérték információ /100 g

Energia(kj)	1 316 kj
Energia(kcal)	320 kcal
Zsír(g)	3,55 g
Tel.zsírs(g)	1,34 g
Szénhidrát(g)	60,4 g
Cukrok(g)	2,48 g
Fehérje(g)	10,35 g
Só(g)	1,52 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

SODORT KIFLI

Tápérték információ /100 g

Energia(kj)	1 382 kj
Energia(kcal)	329 kcal
Zsír(g)	3,43 g
Tel.zsírs(g)	1,41 g
Szénhidrát(g)	63,19 g
Cukrok(g)	2,86 g
Fehérje(g)	10,48 g
Só(g)	1,6 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

VAJAS KIFLI / 52 g /

Teljes kiőrlésű liszttel készült kifli .

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 089 kj
Energia(kcal)	257 kcal
Zsír(g)	1,6 g (2%)
Tel.zsírs(g)	0,9 g (4%)
Szénhidrát(g)	53 g (20%)
Cukrok(g)	1,7 g (2%)
Fehérje(g)	7,8 g (16%)
Só(g)	1,5 g (24%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

TELJES KIŐRLÉSŰ LISZTTTEL KÉSZÜLT KIFLI 70 g

Teljes kiőrlésű liszttel készült kifli .

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	995 kj
Energia(kcal)	235 kcal
Zsír(g)	1,2 g
Tel.zsírs(g)	0,5 g
Szénhidrát(g)	47 g
Cukrok(g)	0 g
Fehérje(g)	7,5 g
Só(g)	1,3 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

SZEZÁMMAGOS HOSSZÚ KIFLI / 137 g /

Hosszú kifli szezámmaggal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 388 kj
Energia(kcal)	329 kcal
Zsír(g)	8,2 g (12%)
Tel.zsírs(g)	54 g (21%)
Szénhidrát(g)	55 g (21%)
Cukrok(g)	1,7 g (2%)
Fehérje(g)	9,5 g (19%)
Só(g)	1,5 g (26%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

SÓS KIFLI / 176 g /

Görbe kifli nagyszemű sóval szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 137 kj
Energia(kcal)	268 kcal
Zsír(g)	1,7 g (2%)
Tel.zsírs(g)	0,9 g (5%)
Szénhidrát(g)	55 g (21%)
Cukrok(g)	1,8 g (2%)
Fehérje(g)	8,1 g (16%)
Só(g)	13,8 g (230%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

EGYENES GUBA KIFLI / 60 g /

Egyenes kifli.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	963 kj
-------------	--------

Energia(kcal)	227 kcal
Zsír(g)	1,5 g (2%)
Tel.zsírs(g)	0,8 g (4%)
Szénhidrát(g)	47 g (18%)
Cukrok(g)	1,6 g (2%)
Fehérje(g)	6,7 g (13%)
Só(g)	1,2 g (20%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

SAJTOS STANGLI / 99 g /

Egyenes kifli sajttal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 229 kj
Energia(kcal)	293 kcal
Zsír(g)	12 g (16%)
Tel.zsírs(g)	5,6 g (28%)
Szénhidrát(g)	32 g (12%)
Cukrok(g)	0 g (0%)
Fehérje(g)	15 g (30%)
Só(g)	1,4 g (23%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

SAJTOS KIFLI / 65 g /

Egyenes kifli sajttal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 239 kj
Energia(kcal)	293 kcal
Zsír(g)	5,7 g (8%)
Tel.zsírs(g)	2,8 g (14%)
Szénhidrát(g)	49 g (19%)
Cukrok(g)	1,6 g (2%)
Fehérje(g)	11 g (22%)
Só(g)	1,5 g (26%)

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)

NAGY SAJTOS KIFLI 150 g

Nagy kifli sajttal szórva.

Tápérték információ /100 g /

Energia(kj)	1 163 kj
Energia(kcal)	275 kcal
Zsír(g)	5,0 g
Tel.zsírs(g)	2,5 g

Szénhidrát(g)	47 g
Cukrok(g)	1,5 g
Fehérje(g)	10 g
Só(g)	1,5 g

Referencia beviteli érték egy átlagos felnőtt számára (8400 kJ/2000 kcal)