

ALINESS Nasiona Chia Salvia hispanica - 500 g

Cena: 30,00 PLN



Opis słownikowy

Opakowanie	500g
Producent	MEDICALINE
Rodzaj rejestracji	Dietetyczny środek spożywczy

Opis produktu

OpisALINESS Nasiona Chia Salvia hispanica - 500 g Nasiona Chia dostarczają wielu cennych wartości odżywczych, są bogatym źródłem kwasów omega 3, błonnika, witamin oraz składników mineralnych. **Zalecane spożycie** 2 miarki = 15 g dziennie. **Składniki**

Chia - nasiona szatwii hiszpańskiej (Salvia hispanica).

Wartość odżywcza	2 miarka = 15 g (zalecana porcja dzienna)	100 g
Wartość energetyczna	285,23 kJ/68,4 kcal	1901,52 kJ/456 kcal
Tłuszcz, w tym:	5,07 g	33,8 g
kwasy tłuszczowe nasycone	0,45 g	3 g
kwasy tłuszczowe wielonienasycone	4,29 g	28,6 g
kwasy tłuszczowe jednonienasycone	0,345 g	2,3 g
cholesterol	0,00 g	0,00 g
Węglowodany, w tym:	0,105 g	0,7 g
cukry	0,105 g	0,7 g
Białko	3,03 g	20,2 g
Sól	0,0008 g	0,005 g
Błonnik	5,12 g	34,1 g
Potas	96,5 mg (4,8% RWS*)	643 mg (32,2% RWS*)
Wapń	110,3 mg (13,8% RWS*)	735 mg (91,9% RWS*)
Żelazo	1,08 mg (7,7% RWS*)	7,2 mg (51,4% RWS*)
Fosfor	115,5 mg (16,5% RWS*)	770 mg (110% RWS*)
Magnez	46,05 mg (12,3% RWS*)	307 mg (81,9% RWS*)

*RWS - referencyjna wartość spożycia

Producent MEDICALINE