

# Nährstoffgehalt

## Aus der Region Schulter Lamm (Migros)

### Nährwerte

pro 100 g

#### Energiewert

Energie, Kilojoule	530 kJ
Energie, Kalorien	130 kcal

#### Hauptnährstoffe

Protein	20 g
<b>Kohlenhydrate, verfügbar</b>	1 g
Zucker	1 g
Nahrungsfasern	0.5 g
<b>Fett, total</b>	4.5 g
gesättigte Fettsäuren	2 g
Wasser	74 g

#### Mikronährstoffe

##### Mineralstoffe (Mengenelemente)

Natrium	40 mg
---------	-------

Datum: 20. Juli 2019

Quelle: Schweizer Nährwertdatenbank ([www.naehrwertdaten.ch](http://www.naehrwertdaten.ch))