

# Nährstoffgehalt

## Aus der Region Poulet Cordon Bleu paniert (Migros)

### Nährwerte

pro 100 g

#### Energiewert

Energie, Kilojoule	840 kJ
Energie, Kalorien	200 kcal

#### Hauptnährstoffe

Protein	17 g
Kohlenhydrate, verfügbar	10 g
Zucker	1 g
Nahrungsfasern	0.5 g
Fett, total	10 g
gesättigte Fettsäuren	2.5 g
Wasser	62.5 g

#### Mikronährstoffe

##### Mineralstoffe (Mengenelemente)

Natrium	700 mg
---------	--------

Datum: 25. August 2019

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