

# Nährstoffgehalt

## Aus der Region Chicken Nuggets (Migros)

### Nährwerte

pro 100 g

#### Energiewert

Energie, Kilojoule 950 kJ

Energie, Kalorien 230 kcal

#### Hauptnährstoffe

Protein 14 g

Kohlenhydrate, verfügbar 15 g

Zucker 1.5 g

Nahrungsfasern 1.1 g

Fett, total 12 g

gesättigte Fettsäuren 1.5 g

Wasser 57.9 g

#### Mikronährstoffe

##### Mineralstoffe (Mengenelemente)

Natrium 500 mg

Datum: 18. November 2019

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