

Nährstoffgehalt

Aus der Region Trutensteak (Migros)

Nährwerte

pro 100 g

Energiewert

Energie, Kilojoule	490 kJ
Energie, Kalorien	115 kcal

Hauptnährstoffe

Protein	25 g
Kohlenhydrate, verfügbar	1 g
Zucker	0.5 g
Nahrungsfasern	0.5 g
Fett, total	1 g
gesättigte Fettsäuren	0.5 g
Wasser	72.5 g

Mikronährstoffe

Mineralstoffe (Mengenelemente)

Natrium	100 mg
---------	--------

Datum: 22. Oktober 2019

Quelle: Schweizer Nährwertdatenbank (www.naehrwertdaten.ch)