



KOCHSCHNEIDER®

NÄHRWERTTABELLE FÜR SCHOKO-KNABBERKERNE

Durchschnittliche Nährwerte je 100g

Energie	532kcal /2190kJ
Fett	36,7g
davon gesättigte Fettsäuren	17,7g
davon ungesättigte Fettsäuren	19,0g
Kohlenhydrate	33,6g
davon Zucker	25,8g
Ballaststoffe	4,8g
Eiweiß	15,3g
Salz	0,06g
Magnesium	221mg (74%*)
Phosphor	456,5mg (57%*)
Kalium	447,5mg (22%*)
Eisen	6,6mg (47%*)
Zink	33,9mg (26%*)

*Empfohlene Tagesdosis nach Nährwert-Kennzeichnungsverordnung.



KOCHSCHNEIDER®

NÄHRWERTTABELLE FÜR SÜSSE KNABBERKERNE

Durchschnittliche Nährwerte je 100g

Energie	485kcal /2031kJ
Fett	31,8g
davon gesättigte Fettsäuren	7,9g
davon ungesättigte Fettsäuren	23,9g
Kohlenhydrate	33,3g
davon Zucker	28,9g
Ballaststoffe	5,2g
Eiweiß	17,0g
Salz	0,07g
Magnesium	256,3mg (74%*)
Phosphor	547,8mg (57%*)
Kalium	537,2mg (22%*)
Eisen	7,9mg (47%*)
Zink	4,6mg (26%*)

*Empfohlene Tagesdosis nach Nährwert-Kennzeichnungsverordnung.



KOCHSCHNEIDER®

NÄHRWERTTABELLE FÜR GESALZENE KNABBERKERNE

Durchschnittliche Nährwerte je 100g

Energie	592kcal /2451kJ
Fett	47g
davon gesättigte Fettsäuren	9,2g
Kohlenhydrate	2,4g
davon Zucker	1,4g
Eiweiß	15,3g
Salz	0,06g

Empfohlene Tagesdosis nach Nährwert-Kennzeichnungsverordnung.



KOCHSCHNEIDER®

NÄHRWERTTABELLE FÜR KNABBERKERNE MIT CHILI SALZ

Durchschnittliche Nährwerte je 100g

Energie	580,55kcal /2432,48kJ
Fett	45,89
davon gesättigte Fettsäuren	9,38g
Kohlenhydrate	2g
davon Zucker	1,4g
Eiweiß	36,91g
Salz	0,03g

Empfohlene Tagesdosis nach Nährwert-Kennzeichnungsverordnung.