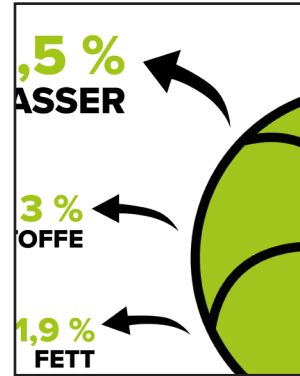




Getreide Schnipselbild



6%
FIBRES
E UND MINERALSTOFFE
TRIUM & CHLORID =
B18 - Backerzeugnisse



HYDRATE



DIE INNEREN
29%
WASSER

29%
WASSER
BALLASTSTOFFE
EINE SEMMEL (100g)
ENERGIEGEGEHALT
Infografik © Land schafft Leben 2021
Quelle: Elmadfa et al. (2020): Die Ernährung des Menschen

CA. 50 GRAMM
ENERGIEGEGEHALT: 137 KCAL
2021 Die Nährwerte können je nach Hersteller und Zutaten abweichen
große GU Nährwert Kalorien Tabelle

ROHFASE,
SPEISESALZ

INNE WERTE

IM)
1,4 %
SONSTIGE NÄHRSTOFFE
(VITAMINE UND MINERALSTOFFE)
V. A. NÄHRSTOFFE
nach Hersteller und Zutaten abweichen
Quelle: BMASGK (2017): Österreichisches Lebensmittelbuch, Kapitel 10

