

All Bran Classic

Bastoncini di crusca di frumento.

Tutti i benefici delle fibre con l'85% di crusca di frumento.

Consumare cibi ricchi di fibre è una delle regole base per una sana alimentazione.

All Bran Classic, con il 27% di pura fibra di frumento, è un concentrato di fibre naturali, efficace per la salute del tuo intestino perché aiuta a mantenerlo attivo.

Una tazza di latte parzialmente scremato con All Bran Classic ed un frutto sono una colazione nutriente ed equilibrata per iniziare bene la giornata.

Valori nutrizionali

	Valori medi per 100g	Valori medi per 40g prodotto con 125ml di latte parzialmente scremato
Valore energetico	1184 kJ/280 kcal	725 kJ/171 kcal
Proteine	14 g	10 g
Carboidrati	48 g	25 g
di cui zuccheri	17 g	13 g
di cui amido	31 g	12 g
Grassi	3.5 g	3.5 g
di cui saturi	0.7 g	1.5 g
Fibra	27 g	11 g
Sodio	0.6 g	0.3 g
Sale	1.55 g	0.75 g
Vitamine	(**RDA)	(**RDA)
B1	0.9 mg (63%)	0.4 mg (29%)
B2	1.0 mg (63%)	0.7 mg (44%)
PP	11.3 mg (63%)	4.7 mg (26%)
B6	1.3 mg (63%)	0.6 mg (29%)
Folacina	250 µg (125%)	108 µg (54%)
B12	0.63 µg (63%)	0.77 µg (77%)
Minerali	(**RDA)	(**RDA)
Ferro	8.8 mg (63%)	3.5 mg (25%)
Magnesio	220 mg (73%)	93 mg (31%)
Zinco	6.0 mg (40%)	2.9 mg (19%)

**RDA (Quantità giornaliere raccomandate dalla UE) di vitamine del gruppo B e C e di ferro.

GDA

40 grammi di prodotto senza latte contengono

Calorie	Zuccheri	Grassi	Grassi saturi	Sale
112	7	1.5	0.3	0.6
8%	8%	2%	1%	10%

Kellogg's Corn Flakes Gli Originali

Semplicità dalla Natura.

Una sana prima colazione è sicuramente una buona abitudine che ti aiuta ad affrontare in modo positivo la giornata da subito. Kellogg's Corn Flakes Originali costituiscono un apporto nutrizionale corretto e ben bilanciato per affrontare la giornata al meglio. Ogni singolo chicco viene cotto a vapore, pressato ottenendo un sottile fiocco di mais e poi tostato al forno con il metodo Kellogg's, unico al mondo: per questo è più croccante, più buono e mantiene inalterato il gusto naturale del fiocco di mais appena tostato.

Valori nutrizionali

	Valori medi per 100g	Valori medi per 30g prodotto con 125ml di latte parzialmente scremato
Valore energetico	1580 kJ/372 kcal	725 kJ/171 kcal
Proteine	7g	7g
Carboidrati	84g	31g
di cui zuccheri	8g	8g
di cui amido	76g	23g
Grassi	0.9g	2.5g
di cui saturi	0.2g	1.5g
Fibra	3g	0.9g
Sodio	0.7g	0.25g
Sale	1.8g	0.7g
Vitamine	(**RDA)	(**RDA)
D	4.2 µg (83%)	1.3 µg (25%)
B1	1.2 mg (83%)	0.4 mg (29%)
B2	1.3 mg (83%)	0.7 mg (44%)
PP	14.9 mg (83%)	4.7 mg (26%)
B6	1.7 mg (83%)	0.6 mg (29%)
Folacina	166 µg (83%)	58 µg (29%)
B12	0.83 µg (83%)	0.77 µg (77%)
Minerali	(**RDA)	(**RDA)
Ferro	8 mg (57%)	2.4 mg (17%)

**RDA (Quantità giornaliere raccomandate dalla UE) di vitamine del gruppo B e C e di ferro.

GDA

30 grammi di prodotto senza latte contengono

Calorie	Zuccheri	Grassi	Grassi saturi	Sale
112	2.5	tracce	tracce	0.5
8%	3%	<1%	<1%	9%

quantità giornaliere indicative per un adulto

Special K Classic

Special K Classic sono deliziosi fiocchi di cereali che uniscono la leggerezza del riso all'equilibrio nutrizionale del frumento integrale.

Con solo l'1.5% di grassi, i cereali Special K sono pensati per chi, fin dalla prima colazione, preferisce scegliere alimenti ideali per mantenersi in linea. Ma i fiocchi Special K contengono anche degli elementi nutritivi molto importanti per sentirsi e apparire al meglio: le proteine, importanti per aiutarti a restare tonico; i nutrienti essenziali, come ferro e vitamine che ti permettono di avere un aspetto radioso.

Valori nutrizionali

	Valori medi per 100g	Valori medi per 30g di prodotto con 125 ml di latte scremato
Valore energetico	1586 kJ/374 kcal	664 kJ/157 kcal
Proteine	15 g	9 g
Carboidrati	75 g	29 g
di cui zuccheri	17 g	12 g
di cui amido	58 g	17 g
Grassi	1.5 g	0.7 g
di cui saturi	0.5 g	0.3 g
Fibra	2.5 g	0.8 g
Sodio	0.45 g	0.2 g
Sale	1.15 g	0.5 g
Vitamine	(**RDA)	(**RDA)
D	8.3 µg (167%)	2.5 µg (50%)
C	100 mg (167%)	31 mg (52%)
B1	2.3 mg (167%)	0.8 mg (54%)
B2	2.7 mg (167%)	1.1 mg (69%)
PP	30.1 mg (167%)	9.2 mg (51%)
B6	3.3 mg (167%)	1.1 mg (54%)
Folacina	334 µg (167%)	108 µg (54%)
B12	1.67 µg (167%)	1.02 µg (102%)
Minerali	(**RDA)	(**RDA)
Ferro	11.6 mg (83%)	3.5 mg (25%)

**RDA (Quantità giornaliere raccomandate dalla UE) di vitamine del gruppo B e C e di ferro.

GDA

30 grammi di prodotto senza latte contengono

Calorie	Zuccheri	Grassi	Grassi saturi	Sale
112	5	0.5	0.2	0.3
8%	6%	<1%	<1%	6%

quantità giornaliere indicative per un adulto

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.