



Zutaten: Kartoffeln, Sonnenblumenöl (32%), Molkenpulver (aus **Milch**), Salz, Zwiebelpulver, Zucker, Aromen, Sauerrahmpulver (aus **Milch**), **Buttermilchpulver**, Geschmacksverstärker Kaliumchlorid, Kräuter und Gewürze.

Durchschnittliche Nährwerte pro

| | 100g | 30g ¹ | RI* 30g |
|----------------------------------|---------------------|--------------------|---------|
| Energie | 2265 KJ 543 Kcal | 680 KJ 163 kcal | 8% |
| Fett | 32 g | 9,6 g | 14% |
| davon gesättigte Fettsäuren | 3,3 g | 1,0 g | 5% |
| davon einfach unges. Fettsäuren | 26 g | 7,7 g | |
| davon mehrfach unges. Fettsäuren | 3,2 g | 1,0 g | |
| Kohlenhydrate | 55 g | 16 g | |
| davon Zucker | 2,2 g | 0,7 g | <1 % |
| Ballaststoffe | 3,9 g | 1,2 g | |
| Eiweiß | 6,6 g | 2,0 g | |
| Salz | 1,4 g | 0,42 g | 7% |

*RI = Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400KJ/2000kcal).

Die individuellen Nährstoffbedürfnisse können höher oder niedriger sein, abhängig von körperlicher Aktivität und anderen Faktoren. ¹Durchschnittliche Portion. Diese Packung enthält 5-6 Portionen.