

SALÁTY S MASEM

Uzený pstruh, avokádo, pomeranč a lehká jogurtová zálivka

Výživové údaje	na 100 g	na 1 porci (395 g)	RI*	RI*
			na 100 g	na porci 350 g
Energetická hodnota	338 kJ	1337 kJ	4%	16%
	81 kcal	319 kcal	4%	16%
Tuky	4,0 g	16 g	6%	23%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,7 g	2,8 g	4%	14%
Sacharidy	7,4 g	29 g	3%	11%
z toho cukry	4,7 g	19 g	5%	21%
Bílkoviny	3,8 g	15 g	8%	30%
Sůl	0,45 g	1,8 g	8%	31%

* Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8 400 kJ/2 000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

Krůtí maso v kari omáčce, červené zelí a mandarinka

Výživové údaje	na 100 g	na 1 porci (325 g)	RI*	RI*
			na 100 g	na porci 370 g
Energetická hodnota	551 kJ	1790 kJ	7%	21%
	132 kcal	429 kcal	7%	21%
Tuky	7,9 g	26 g	11%	37%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,9 g	2,9 g	5%	15%
Sacharidy	9,8 g	32 g	4%	12%
z toho cukry	7,7 g	25 g	9%	28%
Bílkoviny	5,4 g	18 g	11%	35%
Sůl	0,65 g	2,1 g	11%	35%

* Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8 400 kJ/2 000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

Wrap uzené kuře, mandarinka, rajčata, kari smetanový základ

Výživové údaje	na 100 g	na 1 porci (229 g)	RI*	RI*
			na 100 g	na porci 350 g
Energetická hodnota	620 kJ	1420 kJ	7%	17%
	148 kcal	338 kcal	7%	17%
Tuky	5,4 g	12 g	8%	18%
z toho nasycené mastné kyseliny	2,9 g	6,6 g	15%	33%
Sacharidy	19 g	44 g	7%	17%
z toho cukry	4,1 g	9,4 g	5%	10%
Bílkoviny	5,4 g	12 g	11%	25%
Sůl	0,71 g	1,6 g	12%	27%

* Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8 400 kJ/2 000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

FRESH DRINKY

AVOKÁDO a KIWI, zázvor, spirulina, jablko

Výživové údaje	na 100 ml	na 500 ml	RI *	RI *
			na 100 ml	na 1 porci 500 ml
Energetická hodnota	282 kJ	1408 kJ	3%	17%
	67 kcal	333 kcal	3%	17%
Tuky	0,9 g	4,5 g	1%	6%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,0 g	0,0 g	0%	0%
Sacharidy	14 g	70 g	5%	27%
z toho cukry	9,8 g	49 g	11%	54%
Bílkoviny	0,6 g	3,0 g	1%	6%
Sůl	0,0 g	0,0 g	0%	0%

*Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8400 kJ/ 2000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

MANDARINKA a CHILLI, mango, jablko

Výživové údaje	na 100 ml	na 500 ml	RI *	RI *
			na 100 ml	na 1 porci 500 ml
Energetická hodnota	247 kJ	1233 kJ	3%	15%
	58 kcal	290 kcal	3%	15%
Tuky	0,0 g	0,0 g	0%	0%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,0 g	0,0 g	0%	0%
Sacharidy	14 g	70 g	5%	27%
z toho cukry	11 g	55 g	12%	61%
Bílkoviny	0,5 g	2,5 g	1%	5%
Sůl	0,0 g	0,0 g	0%	0%

*Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8400 kJ/ 2000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

POMERANČ a ANANAS, citron, jablko

Výživové údaje	na 100 ml	na 500 ml	RI *	RI *
			na 100 ml	na 1 porci 500 ml
Energetická hodnota	231 kJ	1156 kJ	3%	14%
	54 kcal	272 kcal	3%	14%
Tuky	0,0 g	0,1 g	0%	0%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,0 g	0,0 g	0%	0%
Sacharidy	13 g	65 g	5%	25%
z toho cukry	9,2 g	46 g	10%	51%
Bílkoviny	0,6 g	3,0 g	1%	6%
Sůl	0,0 g	0,0 g	0%	0%

*Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8400 kJ/ 2000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině

HRUŠKA a ŘEPA, jablko

Výživové údaje	na 100 ml	na 500 ml	RI *	RI *
			na 100 ml	na 1 porci 500 ml
Energetická hodnota	230 kJ	1148 kJ	3%	14%
	54 kcal	270 kcal	3%	14%
Tuky	0,0 g	0,0 g	0%	0%
z toho nasycené mastné kyseliny	0,0 g	0,0 g	0%	0%
Sacharidy	13 g	65 g	5%	25%
z toho cukry	9,9 g	50 g	11%	55%
Bílkoviny	0,5 g	2,5 g	1%	5%
Sůl	0,0 g	0,0 g	0%	0%

*Referenční hodnota příjmu u průměrné dospělé osoby (8400 kJ/ 2000 kcal)

(Denní podíl jednotlivých živin vyvážené stravy)

Balení obsahuje 1 porci

Uvedené hodnoty jsou hodnoty průměrné, které se mohou lišit v závislosti na dodávané surovině