

COMPOSICIÓN FONTACTIV CEREALES COLACAO

Análisis medio	Unidades	Por 100 g		Por 30g + 200ml leche semi desnatada	
			% VRN*		% VRN*
Valor energético	kJ/kcal	1551/367		853/202	
Grasas	g	1,7		3,6	
De las cuales saturadas	g	1,0		2,2	
Hidratos de carbono	g	72,8		31,5	
De los cuáles azúcares	g	1,6		9,7	
De los cuáles lactosa	g	1,6		9,7	
Fibra alimentaria	g	10,9		3,3	
Fibra soluble	g	8,8		2,6	
Proteínas	g	9,6		9,5	
Sal	g	0,10		0,25	
MINERALES					
Sodio	mg	40		98	
Calcio	mg	1100	138	564	70
Fósforo	mg	550	79	349	50
Hierro	mg	2,0	14	0,7	5
Zinc	mg	9,5	95	3,6	36
Selenio	µg	55	100	18	33
VITAMINAS					
A	µg	530	66	199	25
D	µg	15	300	4,5	90
E	mg	10	83	3,1	26
K	µg	70	93	21	29
C	mg	57	71	20	25
Tiamina (B1)	mg	0,7	64	0,3	26
Ribloflavina (B2)	mg	0,8	57	0,6	43
Niacina (B3/PP)	mg	10	63	3,2	20
B6	mg	1,0	71	0,3	25
Ácido fólico (B9)	µg	400	200	125	63
B12	µg	2,3	92	1,1	44
Biotina	µg	20	40	6,3	12
Ácido pantoténico (B5)	mg	3,3	55	1,7	28

*Valores de referencia de nutrientes