

Resource® Energy

Voedingswaarde			Aardbei		Banaan		Chocolade		Koffie	
			100 ml	200 ml	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml
Energie (kcal)	kcal	151	302	151	302	151	302	151	302	
	kJ	637	1274	637	1274	637	1274	637	1274	
Vetten (30% kcal)	g	5,0	10	5,0	10	5,0	10	5,0	10	
<i>waarvan:</i>										
verzadigde vetzuren	g	0,70	1,4	0,70	1,4	0,70	1,4	0,70	1,4	
enkelvoudig onverzadigde vetzuren	g	1,9	3,8	1,9	3,8	1,9	3,8	1,9	3,8	
meervoudig onverzadigde vetzuren	g	2,3	4,6	2,3	4,6	2,3	4,6	2,3	4,6	
Koolhydraten (55% kcal)	g	21	42	21	42	21	42	21	42	
<i>waarvan:</i>										
suikers	g	5,7	11,4	5,7	11,4	5,7	11,4	5,7	11,4	
lactose	g	< 0,50		< 0,50		< 0,50		< 0,50		
Eiwitten (15% kcal)	g	5,6	11,2	5,6	11,2	5,6	11,2	5,6	11,2	
Zout	g	0,20	0,40	0,20	0,40	0,16	0,32	0,20	0,40	
Mineralen										
Natrium	mg	80	160	80	160	64	128	80	160	
Kalium	mg	170	340	170	340	170	340	170	340	
Chloride	mg	185	370	185	370	85	170	185	370	
Calcium	mg	80	160	80	160	80	160	80	160	
Fosfor	mg	80	160	80	160	80	160	80	160	
Magnesium	mg	28	56	28	56	28	56	28	56	
IJzer	mg	1,7	3,4	1,7	3,4	1,7	3,4	1,7	3,4	
Zink	mg	1,7	3,4	1,7	3,4	1,7	3,4	1,7	3,4	
Koper	mg	0,19	0,38	0,19	0,38	0,22	0,44	0,19	0,38	
Mangaan	mg	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70	
Fluoride	mg	0,15	0,30	0,15	0,30	0,15	0,30	0,15	0,30	
Seleen	µg	8,0	16	8,0	16	8,0	16	8,0	16	
Chroom	µg	7,5	15	7,5	15	12	24	7,5	15	
Molybdeen	µg	13	26	13	26	13	26	13	26	
Jodium	µg	16	32	16	32	16	32	16	32	
Vitamines										
A	µg	138	276	138	276	138	276	138	276	
D	µg	1,8	3,6	1,8	3,6	1,8	3,6	1,8	3,6	
E	mg	3,0	6,0	3,0	6,0	3,0	6,0	3,0	6,0	
K	µg	14	28	14	28	14	28	14	28	
C	mg	15	30	15	30	15	30	15	30	
Thiamine	mg	0,23	0,46	0,23	0,46	0,23	0,46	0,23	0,46	
Riboflavine	mg	0,22	0,44	0,22	0,44	0,22	0,44	0,22	0,44	
Niacine	mg /mg NE	1,1/2,5	2,2/5,0	1,1/2,5	2,2/5,0	1,0/2,1	2,0/4,2	1,1/2,5	2,2/5,0	
B6	mg	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70	
Foliumzuur	µg	45	90	45	90	45	90	45	90	
B12	µg	0,22	0,44	0,22	0,44	0,40	0,80	0,22	0,44	
Biotine	µg	6,3	13	6,3	13	6,3	13	6,3	13	
Pantotheenzuur	mg	0,85	1,7	0,85	1,7	0,85	1,7	0,85	1,7	
Watergehalte	g	77		77		77		77		
Osmolariteit	mOsm/l	488		488		488		488		