

Výživové údaje a energetická hodnota			
		Na 100g	Na 100ml
Energetická hodnota	kJ	1980	274
	kcal	472	65
Tuk	g	20.6	2.8
z toho:			
- nasycené tuky /nasytené tuky	g	9	1.2
- nenasycené tuky /nenasytené tuky	g	11	1.5
uhlohydráty	g	58.6	8.1
- z toho cukry / z toho cukor	g	58.4	8.1
- z toho laktóza	g	58.4	8.1
protein (N × 6.25)	g	13	1.8
sůl/sol'	g	0.4	0.06
<b>vitamíny</b>			
vitamín A	mcg-RE	460	63.6
vitamín D	mcg	11	1.5
vitamín E	mg- $\alpha$ -TE	10	1.4
vitamín K	mcg	27	3.7
vitamín C	mg	95	13.1
thiamin/tiamín	mg	0.5	0.07
riboflavin (vitamín B2)	mg	0.6	0.08
niacin (vitamín B3)	mg	5.2	0.72
vitamín B6	mg	0.33	0.05
kyselina listová	mcg	145	20
vitamín B12	mcg	1.4	0.19
kyselina pantothenová	mg	3.3	0.46
biotin (vitamín H)	mcg	15	2.1
<b>minerály</b>			
sodík	mg	160	22
draslík	mg	750	103
chlorid	mg	370	51
vápník	mg	860	119
fosfor	mg	480	66
hořčík	mg	47	6.5
železo	mg	7	0.97
zinek	mg	4.1	0.57
měď'/med'	mg	0.32	0.04
jód	mcg	110	15
selen	mcg	18	2.5
mangan	mcg	65	9
<b>Omega 3</b>			
kys. Alfa linolenová (ALA)	mg	265	32
<b>Omega 6</b>			
kys. linolová	mg	2600	359