

## ข้อมูลโภชนาการ

หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 กระจับอง (180 มิลลิลิตร)

จำนวนหน่วยบริโภคต่อกระจับอง : 1

คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

พลังงานทั้งหมด 90 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 15 กิโลแคลอรี)

		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*
ไขมันทั้งหมด	1.5 ก.	2 %
ไขมันอิ่มตัว	0 ก.	0 %
โคเลสเตอรอล	น้อยกว่า 5 มก.	1 %
โปรตีน	2 ก.	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	18 ก.	6 %
ใยอาหาร	น้อยกว่า 1 ก.	4 %
น้ำตาล	16 ก.	
โซเดียม	110 มก.	5 %

ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *			
วิตามิน เอ	0 %	วิตามิน บี1	0 %
วิตามิน บี2	0 %	แคลเซียม	6 %
เหล็ก	0 %		

\* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี