

ข้อมูลโภชนาการ

หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 ชอง (25 กรัม)

จำนวนหน่วยบริโภคต่อถุง : 12

คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

พลังงานทั้งหมด 100 กิโลแคลอรี(พลังงานจากไขมัน 15 กิโลแคลอรี)

ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*

| | |
|---------------------------|------|
| ไขมันทั้งหมด 2 ก. | 3 % |
| ไขมันอิ่มตัว 0 ก. | 0 % |
| โคเลสเตอรอล 0 มก. | 0 % |
| โปรตีน 4 ก. | |
| คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด 17 ก. | 6 % |
| ใยอาหาร 4 ก. | 16 % |
| น้ำตาล 10 ก. | |
| โซเดียม 95 มก. | 4 % |

ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*

| | | | |
|---------------|------|--------------|------|
| วิตามิน เอ | 20 % | วิตามิน บี1 | 20 % |
| วิตามิน บี2 | 15 % | แคลเซียม | 20 % |
| เหล็ก | 20 % | ไบโอติน | 25 % |
| วิตามิน ซี | 25 % | ไนอะซิน | 20 % |
| กรดแพนโทธีนิก | 20 % | กรดโฟลิก | 20 % |
| วิตามิน บี6 | 20 % | วิตามิน บี12 | 20 % |
| วิตามิน อี | 20 % | วิตามิน ดี | 15 % |
| สังกะสี | 6 % | | |

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