

ข้อมูลโภชนาการ

หนึ่งหน่วยบริโภค : 5 ช้อนชา (20 กรัม)

จำนวนหน่วยบริโภคต่อถุง : 50

คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

พลังงานทั้งหมด 80 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 20 กิโลแคลอรี)

		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *	
ไขมันทั้งหมด	2 ก.	3	%
ไขมันอิ่มตัว	1 ก.	5	%
โคเลสเตอรอล	0 มก.	0	%
โปรตีน	2 ก.		
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	13 ก.	4	%
ใยอาหาร	น้อยกว่า 1 ก.	4	%
น้ำตาล	8 ก.		
โซเดียม	20 มก.	1	%

		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *	
วิตามิน เอ	0 %	วิตามิน บี1	15 %
วิตามิน บี2	15 %	แคลเซียม	15 %
เหล็ก	15 %	วิตามิน ซี	20 %
กรดแพนโทธีนิค	15 %	ไนอะซิน	15 %
ไบโอติน	15 %	ฟอสฟอรัส	15 %
วิตามิน บี6	15 %	วิตามิน บี12	10 %

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