

Información Nutricional

Tamaño por porción: 2 cucharadas (30g) más 35 mL de agua
Porciones por envase: 10

Calorías (kcal)	Por 100 g	Por porción
	229 kcal	137 kcal
Grasa Total	11 g	6.4 g
Grasa saturada	0.8 g	0.5 g
Grasa monoinsaturada	6.3 g	3.8 g
Grasa poliinsaturada	2.2 g	1.3 g
Grasa trans	0 mg	0 mg
Carbohidratos totales	15 g	9.1 g
Fibra dietaria	2.8 g	1.7 g
Azúcares totales	0 g	0 g
Azúcares añadidos	0 mg	0 mg
Proteína	19 g	12 g
Sodio	203 mg	122 mg
Vitamina A	0 µg ER	0 µg ER
Vitamina D	0 µg	0 µg
Hierro	1.5 mg	0.87 mg
Calcio	93 mg	56 mg
Zinc	0.5 mg	0.32 mg