

Soyappéit-perustuotteet

Ainekset ja ravintosisällöt

Soyappéit Tumma soijarouhe 500 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu, väri (sokerikulööri).

Ravintosisältö / 100 g		Kivennäisaineet (*päivitt. saantisuosituksesta)	
Energiaa	1350 kJ/320 kcal	Sinkki	3,2 mg (*21 %)
Proteiinia	52 g	Kalcium	363 mg (*45 %)
Hiihydraatteja	28 g	Rauta	15 mg (*107 %)
- josta sokereita	11 g	Magnesium	315 mg (*105 %)
Rasvaa	0,5 g	Fosfori	839 mg (*105 %)
- josta tyydyttyneitä	< 0,1 g	Vitamiinit	
Ravintokuitua	16 g	Tiamiini B1	0,5 mg (*36 %)
Natriumia	0,003 g	Niasiini B3	15 mg (*83 %)
		Pyridoksiini B6	0,3 mg (*15 %)
		Foolihappo B9	0,3 mg (*170 %)

Soyappéit Vaalea soijarouhe 500 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu.
Ravintosisältö: ks. yllä.

Soyappéit Soijapalat 350 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu.
Ravintosisältö: ks. yllä.

Soyappéit Soijasaukaleet 250 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu.

Ravintosisältö / 100 g		Kivennäisaineet (*päivitt. saantisuosituksesta)	
Energiaa	1350 kJ/320 kcal	Sinkki	3,2 mg (*21 %)
Proteiinia	52 g	Kalcium	363 mg (*45 %)
Hiihydraatteja	28 g	Rauta	15 mg (*107 %)
- josta sokereita	11 g	Magnesium	315 mg (*105 %)
Rasvaa	1,5 g	Fosfori	839 mg (*105 %)
- josta tyydyttyneitä	< 0,5 g	Vitamiinit	
Ravintokuitua	16 g	Tiamiini B1	0,5 mg (*36 %)
Natriumia	0,003 g	Niasiini B3	15 mg (*83 %)
		Pyridoksiini B6	0,3 mg (*15 %)
		Foolihappo B9	0,3 mg (*170 %)

Soyappéitit Soijajauho 300 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu.

Ravintosisältö / 100 g		Kivennäisaineet (*päivitt. saantisuosituksesta)	
Energiaa	1675 kJ/400 kcal	Sinkki	4,0 mg (*27 %)
Proteiinia	40 g	Kalcium	210 mg (*26 %)
Hiihihydraatteja	16 g	Rauta	7 mg (*50 %)
- josta sokereita	10 g	Magnesium	240 mg (*80 %)
Rasvaa	20 g	Fosfori	600 mg (*75 %)
- josta tyydyttyneitä	3,0 g	Vitamiinit	
Ravintokuitua	15 g	Tiamiini B1	0,6 mg (*43 %)
Natriumia	0,01 g	Riboflaviini B2	0,3 mg (*19 %)
		Pantoteenihappo B5	1,5 mg (*25 %)
		Pyridoksiini B6	0,5 mg (*25 %)
		Foolihappo B9	0,4 mg (*175 %)

Soyappéitit Soijahiutaleet 150 g

Teksturoitu soijaproteiini. Ainekset: soijapapu.

Ravintosisältö / 100 g		Kivennäisaineet (*päivitt. saantisuosituksesta)	
Energiaa	1870 kJ/445 kcal	Kalcium	210 mg *(26 %)
Proteiinia	45 g	Rauta	7 mg (*50 %)
Hiihihydraatteja	20 g	Magnesium	240 mg (*80 %)
- josta sokereita	0 g	Fosfori	550 mg (*69 %)
Rasvaa	17 g	Vitamiinit	
- josta tyydyttyneitä	0 g	Tiamiini B1	0,7 mg (*50 %)
Ravintokuitua	12 g	Niasiini B3	15 mg (*83 %)
Natriumia	0 g	Pyridoksiini B6	0,3 mg (*15 %)
		Foolihappo B9	0,3 mg (*67 %)