

**Resource® Fruit**

Voedingswaarde	smaak	Appel		Framboos-Zwarte Bes		Peer-Kers		Sinaasappel	
	Units	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml	100 ml	200 ml
Energie	kJ/kcal	531/125	1062/250	531/125	1062/250	531/125	1062/250	531/125	1062/250
Vetten	g	0	0	0	0	0	0	0	0
<i>waarvan:</i>									
verzadigde vetzuren	g	0	0	0	0	0	0	0	0
Koolhydraten	g	27	54	27	54	27	54	27	54
<i>waarvan:</i>									
suikers	g	11	22	11	22	11	21,6	11	21,2
lactose	g	0,27	0,54	0,27	0,54	0,27	0,54	0,27	0,54
Vezels	g	0	0	0	0	0	0	0	0
Eiwitten	g	4,0	8,0	4,0	8,0	4,0	8,0	4,0	8,0
Zout	g	0,04	0,08	0,04	0,08	0,04	0,08	0,04	0,08
E:V:KH:Vv	% kcal	13:0:87:0		13:0:87:0		13:0:87:0		13:0:87:0	
<b>Mineralen</b>									
Natrium	mg	15	30	15	30	15	30	15	30
Kalium	mg	48	96	48	96	63	126	63	126
Calcium	mg	55	110	55	110	55	110	55	110
Fosfor	mg	17	34	17	34	20	40	20	40
Magnesium	mg	6,3	12,6	6,3	12,6	8,0	16	8,0	16
Jodium	µg	11	22	11	22	11	22	11	22
<b>Vitamines</b>									
A	µg	99	198	99	198	99	198	99	198
D	µg	1,1	2,2	1,1	2,2	1,1	2,2	1,1	2,2
K	µg	4,0	8,0	4,0	8,0	4,0	8,0	4,0	8,0
C	mg	15	30	15	30	15	30	15	30
B1	mg	0,18	0,36	0,18	0,36	0,18	0,36	0,18	0,36
B2	mg	0,16	0,32	0,16	0,32	0,16	0,32	0,16	0,32
B6	mg	0,20	0,40	0,20	0,40	0,20	0,40	0,20	0,40
Niacine	mg/mg NE	0,75/1,5	1,5/3,0	0,75/1,5	1,5/3,0	0,75/1,5	1,5/3,0	0,75/1,5	1,5/3,0
Foliumzuur	µg	28	56	28	56	28	56	28	56
B12	µg	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70	0,35	0,70
Pantotheenzuur	mg	0,63	1,26	0,63	1,26	0,63	1,26	0,63	1,26
Biotine	µg	3,5	7,0	3,5	7,0	3,5	7,0	3,5	7,0
E	mg α-TE	1,6	3,2	1,6	3,2	1,6	3,2	1,6	3,2
Watergehalte	g	79		79		79		79	
Osmolariteit	mOsm/l	720		695		770		705	

Voeding. De factor die een verschil kan maken.