

NA CO ZWRACAĆ UWAGĘ CZYTAJĄC ETYKIETY?

Im krótszy skład, tym lepszy. Wybieraj produkty bez sztucznych dodatków, barwników, konserwantów i słodzików. Poniżej prezentujemy ilości, których nie powinniśmy przekraczać. Odnoszą się one to diety 2000 kc

▶ WARTOŚĆ ENERGETYCZNA	8400 kJ / 2000 kcal
▶ TŁUSZCZ	70 g
▶ KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONÉ	20 g
▶ WĘGLOWODANY	260 g
▶ CUKRY	90 g
▶ BIĄŁKO	50 g
▶ SÓL	6 g