



Haselnüsse

FOOD.BRAND

FOOD.CATEGORY

Haselnüsse

Nährstoffe

KALORIEN	661 kcal (pro 100g)
EIWEISS	16.4g (pro 100g)
FETT	59.5g (pro 100g)
KOHLLENHYDRATE	10.1g (pro 100g)
FASER	9.7g (pro 100g)

David Janitzek Diets
 Premium
 Krumbacher Straße 26
 86424 Dinkelscherben,
 Deutschland
 Umsatzsteuer-ID:
 DE453108867

Kontakt:
 E-Mail:
 support@dietspremium.com
 Tel.: 0 1520 744 5675

Web:
 dietspremium.com

Bankverbindung
 Bank: Deutsche Bank
 IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00
 SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

59.5 g



GESÄTTIGTE FETTSÄUREN	4.2 g
EINFACH UNGESÄTTIGTE FETTSÄUREN	46.6 g
MEHRFACH UNGESÄTTIGTE FETTSÄUREN	6.1 g
KOHLLENHYDRAT	10.1 g
ZUCKER	3 g
EIWEISS	16.4 g
WASSER	4 g
VITAMIN B1 (THIAMIN)	0.46 mg
VITAMIN B2 (RIBOFLAVIN)	0.05 mg
VITAMIN B6 (PYRIDOXIN)	0.5 mg
VITAMIN B3 (NIACIN)	1.32 mg
VITAMIN B9 (FOLSÄURE)	76.6 µg
VITAMIN B5 (PANTOTHENSÄURE)	1.61 mg
VITAMIN C (ASCORBINSÄURE)	2 mg
VITAMIN K	720 µg
NATRON	0.9 g
CHLOR	11 mg
CALCIUM	160 mg
MAGNESIUM	160 mg
PHOSPHOR	320 mg
EISEN	3.6 mg
JOD	6.5 µg

David Janitzek Diets
Premium
Krumbacher Straße 26
86424 Dinkelscherben,
Deutschland
Umsatzsteuer-ID:
DE453108867

Kontakt:
E-Mail:
support@dietspremium.com
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:
dietspremium.com

Bankverbindung
Bank: Deutsche Bank
IBAN: DE26 7207 0024 0067 1810 00
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

ZINK

2.9 mg

VITAMIN E

15 mg



VITAMIN B7 (BIOTIN)	19 mg
KALIUM	680 mg
MANGAN	6.3 mg
KUPFER	1.6 mg
ZELLULOSE	9.7 g
OMEGA 3	0.09 g
OMEGA 6	6 g
NATRIUM	0 mg
SALZ	0 g
VITAMIN A	0 µg
VITAMIN D	0 µg
VITAMIN B12 (COBALAMIN)	0 µg
CHOLESTERIN	0 mg
FETTSÄUREN TRANS	0 g
ASCHE	2.3 g
FASERLÖSLICH	2.7 g
FASERUNLÖSLICH	7 g
STÄRKE	0.5 g
SACCHAROSE	2.3 g
GLUCOSE	0.4 g
FRUCTOSE	0.3 g
LUTEIN + ZEAXANTHIN	92 mg

David Janitzek Diets
Premium
Krumbachener Straße 26
86424 Dinkelscherben,
Deutschland
Umsatzsteuer-ID:
DE453108867

Kontakt:
E-Mail:
support@dietspremium.com
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:
dietspremium.com

Bankverbindung 120 mg
Bank: Deutsche Bank
IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

FITOSTEROL

INULIN

GLYCIN

120 mg

2.1 g

0.8 g



ALANINA	0.7 g
TIERISCHE EIWEISSE	0 g
PFLANZLICHE EIWEISSE	16.4 g
GLICEMIC INDEX	15 µg
BOR	2.8 mg
BETA-SITOSTERIN	110 mg
TOCOPHEROL GAMMA	20 mg
TOCOPHEROL BETA	0.5 mg
ALPHA-LINOLENSÄURE	0.09 g
LINOLSÄURE	6 g
OLEINSÄURE	46.6 g
PALMITIC ACID	3.8 g
STEARIC ACID	2.2 g
ZUCKER HINZUGEFÜGT	0 g
KOHLENHYDRATE, GESAMT	10.1 g
FETT, GESAMT	59.5 g
EIWEISS	16.4 g

pdf.export.disclaimer

David Janitzek Diets
Premium
Krumbacher Straße 26
86424 Dinkelscherben,
Deutschland
Umsatzsteuer-ID:
DE453108867

Kontakt:
E-Mail:
support@dietspremium.com
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:
dietspremium.com

Bankverbindung
Bank: Deutsche Bank
IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720