

## Compleat® Plant Protein 1.6

Information nutritionnelle		100 ml	500 ml	
Energie		KJ/kcal	693/165	3465/825
Lipides	(40% kcal)	g	7,3	36,5
acides gras saturés		g	2,5	12,0
TCM		g	2,2	11,0
acides gras mono-insaturés		g	2,4	12
acides gras poly-insaturés		g	1,2	6
oméga-3		mg	300	1500
Glucides	(38% kcal)	g	15,7	78,5
sucres		g	1,4	7
lactose		g	< 0,010	-
Fibres alimentaires	(2% kcal)	g	1,5	7,5
fibres solubles		g	0,75	3,7
fibres insolubles		g	0,75	3,7
Protéines	(20% kcal)	g	8,5	42,7
Sel		g	0,32	1,6
<b>Minéraux</b>				
Sodium		mg	130	650
Potassium		mg	210	1050
Chlorure		mg	85	425
Calcium		mg	145	725
Phosphore		mg	110	550
Magnésium		mg	33	165
Fer		mg	2,2	11
Zinc		mg	1,4	7,0
Cuivre		mg	0,2	1,0
Manganèse		mg	0,7	3,5
Fluorure		mg	0,08	0,40
Sélénium		µg	9,1	45
Chrome		µg	6,7	33
Molybdène		µg	22	110
Iode		µg	18	90
<b>Vitamines</b>				
A		µg	115	575
D		µg	2,0	10
E		mg	2,3	11
K		µg	13,0	65
C		mg	22	110
Thiamine		mg	0,24	1,2
Riboflavine		mg	0,22	1,1
Niacine		mg /mg NE	1,3/2,7	6,5/13,7
B6		mg	0,30	1,5
Acide folique		µg	50	250
B12		µg	0,40	2,0
Biotine		µg	7,1	35
Acide pantothénique		mg	0,7	3,5
Choline		mg	50	250
L-carnitine		mg	21,7	108
Contenu en eau		g	74	
Osmolarité		mOsm/l	424	

NE = Niacine-Equivalent