

Marinadi kasviksille

ruokalajiryhmät

Lisäkkeet, Lämmin kasvislisäke

annoskoko
1100 g

annoksia
1 kpl

tarkennus

ruoka-aineen nimi	vetomitta	käyttöpaino	paino- häviö	ostopaino	Hinnat verollisia	
					a-hinta €/kg	rivihinta €
1 Vesi	6 dl	0,600 kg		0,600 kg		
Sokeri	3 ½ dl	0,300 kg		0,300 kg	1,14	0,34
Valkoviinietikka	2 dl	0,200 kg		0,200 kg		

Lisää kattilaan kaikki ainekset ja keitä, kunnes alkaa saota.

Jäähdytä hyvin.

Marinadia voi valmistaa isomman määrän kerralla. Säilyy kylmässä useita päiviä.

PAINOT	Raaka	kypsymishävikki	Kypsä	jakeluhävikki	Lopullinen
kokonaispaino	1,100 kg	0 %	1,100 kg	0 %	1,100 kg
annoskoko	1100 g		1100 g		1100 g

KUSTANNUKSET	Raaka-aineet	Muut kustannukset	Yhteensä
kokonaishinta	0,34 €	0,00 €	0,34 €
kilohinta	0,31 €	0,00 €	0,31 €
annoshinta	0,34 €	0,00 €	0,34 €

RAVINTOSISÄLTÖ: Saanti annosta kohden

	energia-%	paino-%		paino-%		
<u>Energia</u>			<u>Kivennäis- ja hivenaineet</u>		<u>Vitamiinit</u>	
Energia	1 259,02 kcal		Suola	0,00 g 0,00 %	A-vitamiini	0,00 ug
Energia	5 267,88 kJ		Natrium	6,98 mg	D-vitamiini	0,00 ug
Energia	5,27 MJ		Fosfori	1,90 mg	Tiamiini (b1)	0,00 mg
			Kalium	20,60 mg	Riboflaviini (b2)	0,00 mg
			Rauta	0,30 mg	Niasiiniekv.	0,00 mg
<u>Energiaravintoaineet</u>			Kalsium	23,00 mg	Pyridoksiini (b6)	0,00 mg
Rasva	0,00 g 0,00 %		Sinkki	0,03 mg	B12-vitamiini	0,00 ug
Tyydyttyneet	0,00 g 0,00 %		Magnesium	1,90 mg	Foolihappo	0,00 ug
Monoeenit	0,00 g 0,00 %		Jodi	15,40 ug	C-vitamiini	0,00 mg
Monitydyttymättömät	0,00 g 0,00 %		Seleen	1,82 ug	E-vitamiini	0,00 mg
Trans	0,00 g 0,00 %		Kupari	0,03 mg	K-vitamiini	0,00 ug
Kolesteroli	0,00 mg				<u>Muut</u>	
Linolihappo	0,00 g				Vesi	798,42 g
Alfa-linoleenihappo	0,00 mg					
Hiihihydraatti	300,70 g 97,04 %					
Sokerit yht.	300,70 g 97,04 %					
Sokeri	300,70 g	27,34 %				
Laktoosi	0,00 g					
Ravintokuitu	0,00 g 0,00 %					
Orgaaniset hapot	12,00 g 2,96 %					
Sokerialkoholi	0,00 g 0,00 %					
Tärkkelys	0,00 g 0,00 %					
Proteiini	0,00 g 0,00 %					
Alkoholi	0,00 g 0,00 %					

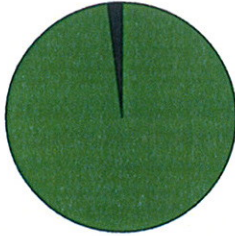
Marinadi kasviksille

annoskoko
1100 g

annoksia
1 kpl

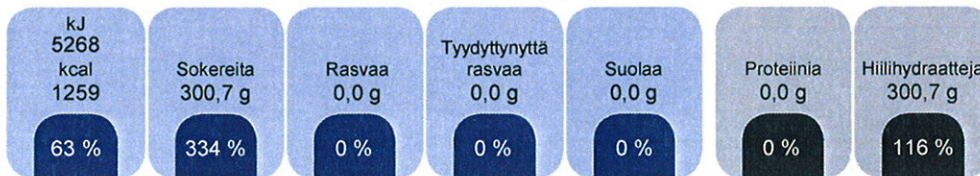
tarkennus

Energian jakautuminen



SAANNIN VERTAILUARVOT (RI)*

1100 g annos sisältää



* Aikuisen keskvirtokäyttäjän saannin vertailuarvo (8400 kJ/2000 kcal)