

Beschuit

Voedingswaarde per stuk	energie	eiwitten	koolhydraten	vet	verzadigd vet	vezel	Zout
Bolletje Echte Beschuit (9,6 gram)	39 KCal.	1,5 g	7,1 g	0,5 g	0,2 g	0,4 g	0,04 g
Bolletje Volkoren Beschuit (11,9 gram)	47 KCal.	1,9 g	7,8 g	0,6 g	0,3 g	1,3 g	0,07 g
Bolletje Twentse Beschuit (14 gram)	56 KCal.	2,0 g	10,0 g	0,7 g	0,3 g	0,4 g	0,08 g
Bolletje Boeren Granen & Zaden Beschuit (16 gram)	71 KCal.	2,6 g	8,6 g	2,6 g	0,5 g	1,4 g	0,09 g
Bolletje Boeren Donker Volkoren Beschuit (16 gram)	65 KCal.	2,7 g	9,7 g	1,4 g	0,4 g	1,4 g	0,14 g
Bolletje Boeren Oergranen Beschuit (16 gram)	65 KCal.	2,5 g	10,0 g	1,2 g	0,4 g	1,1 g	0,16 g
Bolletje Vezelrijk Meergranen (14,6 gram)	59 KCal.	2,3 g	8,3 g	1,3 g	0,3 g	2,1 g	0,08 g
Bolletje Vezelrijk Meerzaden (13,5 gram)	58 KCal.	2,1 g	7,5 g	1,9 g	0,4 g	1,4 g	0,06 g
AH Naturel Beschuit (10 gram)	39 KCal.	1,4 g	6,9 g	0,4 g	0,1 g	1,0 g	0,10 g
AH Volkoren Beschuit (10,8 gram)	42 KCal.	1,7 g	7,1 g	0,4 g	0,1 g	1,2 g	0,06 g
AH Ambachtelijks Spelt Beschuit de Luxe (23 gram)	98 KCal.	3,9 g	12,4 g	3,5 g	0,5 g	1,3 g	0,16 g
AH Ambachtelijks Meergranen Beschuit (23 gram)	104 KCal.	4,1 g	10,8 g	4,4 g	0,6 g	1,9 g	0,16 g
AH Biologisch Volkoren (9,6 gram)	37 KCal.	1,3 g	6,6 g	0,4 g	0,1 g	0,7 g	0,09 g
AH Biologisch Tarwe- en Speltbeschuit (9,6 gram)	32 KCal.	1,5 g	5,8 g	0,2 g	0,1 g	0,5 g	0,06 g
AH Biologisch Waldkorn Beschuit (23 gram)	86 KCal.	3,5 g	11,7 g	2,8 g	0,5 g	0,9 g	0,16 g
Jumbo Naturel Beschuit (10 gram)	39 KCal.	1,5 g	7,3 g	0,3 g	0,1 g	0,4 g	< 0,1 g
Jumbo Volkoren Beschuit (10,8 gram)	41 KCal.	1,8 g	7,0 g	0,5 g	0,1 g	0,7 g	< 0,1 g
Jumbo Meergranen Beschuit (9,6 gram)	37 KCal.	1,6 g	6,3 g	0,4 g	0,1 g	0,8 g	< 0,1 g
Jumbo Biologisch Volkoren Beschuit (9,6 gram)	37 KCal.	1,4 g	6,6 g	0,4 g	0,1 g	0,7 g	< 0,1 g
Jumbo Ambachtelijke Waldkornbeschuit (23 gram)	92 KCal.	4,2 g	11,1 g	3,2 g	0,5 g	1,0 g	0,20 g
Jumbo Speltbeschuit met lijnzaad (23 gram)	70 KCal.	2,3 g	11,1 g	1,5 g	0,2 g	1,3 g	0,10 g

