

Average nutrition values Valeurs nutritionnelles moyennes Durchschnittliche Nährwerte Gemiddelde voedingswaarden	per 100 g pour 100 g pro 100 g per 100 g	per portion par portion pro Portion per portie (30 g/250 ml)
Energy Énergie Energie (kJ)	1516	455
Energy Énergie Energie (kcal)	359	108
Fat Matières grasses Fett Vetten (g)	5,1	1,5
<i>of which saturates dont acides gras saturés davon gesättigte Fettsäuren waarvan verzadigde vetzuren (g)</i>	3,0	0,9
Carbohydrate Glucides Kohlenhydrate Koolhydraten (g)	9,8	2,9
<i>of which sugars dont sucres davon Zucker waarvan suikers (g)</i>	5,2	1,6
Fibre Fibres alimentaires Ballaststoffe Vezels (g)	8,1	2,4
Protein Protéines Eiweiß Eiwitten (g)	64	19
Salt Sel Salz Zout (g)	0,53	0,16

Amino acid profile Aminogramme Aminosäureprofil Aminozuurprofiel	100 g*
L-valine L-Valin (g)	3,74
L-leucine L-Leucin (g)	6,82
L-isoleucine L-Isoleucin (g)	4,03
L-alanine L-Alanin (g)	3,24
L-arginine L-Arginin (g)	1,56
L-aspartic acid L-acide aspartique L-Asparaginsäure L-asparaginezuur (g)	7,11
L-cysteine L-cystéine L-Cystein L-cysteïne (g)	1,41
L-cystine L-Cystin (g)	1,27
L-glutamic acid L-acide glutamique L-Glutaminsäure L-glutaminezuur (g)	11,42
glycine Glycin (g)	1,16
L-histidine L-Histidin (g)	1,15
L-lysine L-Lysin (g)	6,00
L-methionine L-méthionine L-Methionin (g)	1,32
L-phenylalanine L-phénylalanine L-Phenylalanin L-fenylalanine (g)	2,07
L-proline L-Prolin (g)	3,79
L-serine L-sérine L-Serin (g)	3,14
L-threonine L-thréonine L-Threonin (g)	4,43
L-tryptophan L-tryptophane L-Tryptophan L-tryptofaan (g)	1,10
L-tyrosine L-Tyrosin (g)	1,71

*Average values which may differ due to natural variations.

*Valeurs moyennes susceptibles de différer du fait de variations naturelles.

*Durchschnittswerte, die durch natürliche Schwankungen abweichen können.

*Gemiddelde waarden die kunnen afwijken door natuurlijke variaties.