

<b>Average nutrition values</b> <b>Valeurs nutritionnelles moyennes</b> <b>Durchschnittliche Nährwerte</b> <b>Gemiddelde voedingswaarden</b>	per 100 g pour 100 g pro 100 g per 100 g	per portion par portion pro Portion per portie <b>(30 g/250 ml)</b>
Energy   Énergie   Energie (kJ)	1464	439
Energy   Énergie   Energie (kcal)	348	104
Fat   Matières grasses   Fett   Vetten (g)	6,2	1,9
<i>of which saturates   dont acides gras saturés   davon gesättigte Fettsäuren   waarvan verzadigde vetzuren (g)</i>	3,7	1,1
Carbohydrate   Glucides   Kohlenhydrate   Koolhydraten (g)	7,3	2,2
<i>of which sugars   dont sucres   davon Zucker   waarvan suikers (g)</i>	4,4	1,3
Fibre   Fibres alimentaires   Ballaststoffen   Vezels (g)	14	4,1
Protein   Protéines   Eiweiß   Eiwitten (g)	58	18
Salt   Sel   Salz   Zout (g)	0,44	0,13

<b>Amino acid profile   Aminogramme   Aminosäureprofil   Aminozuurprofiel</b>	<b>100 g*</b>
L-valine   L-Valin (g)	3,19
L-leucine   L-Leucin (g)	5,82
L-isoleucine   L-Isoleucin (g)	3,44
L-alanine   L-Alanin (g)	2,76
L-arginine   L-Arginin (g)	1,33
L-aspartic acid   L-acide aspartique   L-Asparaginsäure   L-asparaginezuur (g)	6,07
L-cysteine   L-cystéine   L-Cystein   L-cysteïne (g)	1,20
L-cystine   L-Cystin (g)	1,08
L-glutamic acid   L-acide glutamique   L-Glutaminsäure   L-glutaminezuur (g)	9,75
glycine   Glycin (g)	0,99
L-histidine   L-Histidin (g)	0,98
L-lysine   L-Lysin (g)	5,13
L-methionine   L-méthionine   L-Methionin (g)	1,12
L-phenylalanine   L-phénylalanine   L-Phenylalanin   L-fenylalanine (g)	1,76
L-proline   L-Prolin (g)	3,24
L-serine   L-sérine   L-Serin (g)	2,68
L-threonine   L-thréonine   L-Threonin (g)	3,78
L-tryptophan   L-tryptophane   L-Tryptophan   L-tryptofaan (g)	0,94
L-tyrosine   L-Tyrosin (g)	1,46