

ISIRGAN TOHUMU YAĞI BESİN VE ENERJİ DEĞERLERİ (100 GRAM)

% Günlük Değer*

ENERJİ	900kcal / 3765kj	%43.2
Karbonhidrat	0.0 g	%0.0
Protein	0.0 g	%0.0
TOPLAM YAĞ	100 g	%153
Doymuş Yağ A.	12.2g	%61
Tekli doymamış Yağ A.	29 g	**
Çoklu doymamış Yağ A.	58.8 g	**
Kolesterol	0.00mg	**
Trans yağ asidi	< 1 g	**
Lif	0 g	0
Gluten	0 g	0

***Değerler 2000 kalori/gün temel alınarak hesaplanmıştır. Cinsiyete,yaşa,fiziksel aktivite ve diğer faktörlere göre ihtiyaç duyulan değerler farklılık gösterebilir.**

****Günlük değerler saptanamamıştır.**

1 Yemek Kaşığı (12 gr)=108 kcal

1 Tatlı Kaşığı (4 gr) =36 kcal