



3 CEREALI RISO, FARRO E ORZO

Miscela di cereali

Peso netto: confezione da **400 g** (5 porzioni)

Ingredienti:

Riso Parboiled, Farro Perlato, Orzo Perlato Precotto

Prodotto in uno stabilimento che utilizza anche **soia**

Termine minimo di conservazione: dalla data di confezionamento, **36 mesi**

Da conservarsi in luogo fresco e asciutto



Riso Gallo S.p.A.
V.le R. Preve 4 • 27038 Robbio
(Pavia) Italy

VALORI NUTRIZIONALI MEDI

	Per 100g	Per porzione (80g)
Energia	kJ 1477 kcal 348	1183 279
Grassi	g 1,2	1,0
<i>di cui acidi grassi saturi</i>	g 0,3	0,2
Carboidrati	g 74,3	59,4
<i>di cui zuccheri</i>	g 5,2	4,2
Fibre	g 3,7	3,0
Proteine	g 8,2	6,6
Sale	g 0,0	0,0
Vitamina PP (Niacina)	mg 7,9 49 %**	6,3 39 %**
Fosforo	mg 216,0 31 %**	172,8 25 %**

**RDA Dose Giornaliera Raccomandata

400 g = 5 porzioni

% GDA (*) - Assunzioni di riferimento
di un adulto medio (8400kJ/2000kcal)

Calorie	Zuccheri	Grassi	Acidi Grassi Saturi	Sale
279	4,2g	1,0g	0,2g	0,0g
14%	5%	1%	1%	0%

*GDA = Quantità Giornaliere Indicative di calorie e nutrienti raccomandate per un'alimentazione equilibrata. Costituiscono un'indicazione, siccome il fabbisogno calorico varia in funzione del sesso, del peso, dell'età e dell'attività fisica praticata.