

## Forestia Outdoor Meal Meat Chili con Carne with Whole-Grain Rice

<b>Durchschnittliche Nährwerte / Average nutritional values /                      Valeur nutritive moyenne / Potere nutritivo medio /                      Gemiddelde voedingswaarde / Valor nutritivo medio /                      Średnia wartość odżywcza / Gennemsnitlig næringsværdi /                      Annoksen keskimääräinen ravintosisältö / Gjennomsnittlig                      næringsverdi / Genomsnittligt näringsvärde</b>	<b>Per / Par / Pro / Per /                      Per / Por / Por / Per /                      Per / Per                      100 g</b>	<b>Per / Par / Pro / Per /                      Per / Por / Por / Per /                      Per / Per                      350 g (Portion)</b>
Energie / Energy / Énergie / Energia / Energie / Energía / Energia / Energi / Energia / Energi / Energi	419 kJ / 100 kcal	1463 kJ / 350 kcal
Fett / Fat / Lipides / Grasso / Vetten / Grasa / Tłuszcz / Fedtstof / Rasvaa / Fett	2,5 g	8,8 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which saturated fatty acids / dont acides gras / di cui acidi grassi saturi / waarvan verzadigde vetzuren / de los cuales ácidos grasos saturados / z tego nasycone kwasy tłuszczowe / deraf mættede fedtsyrer / tästä tyydyttyneitä rasvahappoja / derav mettede fettsyrer / därav mättade fettsyror	0,7 g	2,5 g
Kohlenhydrate / Carbohydrates / Glucides / Carboidrati / Koolhydraten / Hidrato de carbono / Węglowodany / Kulhydrat / Hiilihydraatteja / karbohydrater / Kolhydrat	12,1 g	42,4 g
davon Zucker / of which sugar / dont sucres / di cui: zuccheri / waarvan suikers / de los cuales azúcares / w tym cukry / heraf sukkerarter / josta sokereita / hvorav sukkerarter / varav sockerarter	1,5 g	5,3 g
Ballaststoffe / Fibre / Fibres alimentaires / Fibra / Vezels / Fibra / Błonnik pokarmowy / Kostfibre / Ravintokuitu / Kostfiber / Fiber	1,7 g	6,0 g
Eiweiss / Protein / Protéines / Proteina / Eiwitten / Proteína / Białko / Protein / Valkuaista / protein / Protein	8,0 g	28,0 g
Salz / Salt / Sel / Sale / Zout / Sal / Sól / Salt / Suola	1,1 g	3,9 g

\* Reference Intake / Valeurs Nutritionnelles de Référence / Nährstoffbezugswerte /  
Voedingswaardereferenties / Valori Nutrizionali di Riferimento / Valores de Referencia de Nutrientes /  
Valores de Referência do Nutriente / Referanseinntak / Referensvärde för Näringsinnehåll /  
Ravintoaineiden Vertailuarvo