



NUTRITION FACTS 營養資料 FAKTA-FAKTA PEMAKANAN

| Amount 數量 Kuantiti | Per 100 g serving 每100 克食量 Setiap 100g hidangan |
|-----------------------------------|---|
| Energy 能量 Tenaga | 353 Kcal 千卡 1479 kJ 千焦耳 |
| Protein 蛋白質 Protein | 8 g 克 |
| Total Carbohydrate 總碳水化合物 | |
| Jumlah Karbohidrat | 74 g 克 |
| Total Fat 總脂肪 Jumlah Lemak | 3 g 克 |
| Sugars 糖類 Gula | 1 g 克 |
| Sodium 鈉 Sodium | 8.70 mg 毫克 |

| | |
|-------------------------------|--------------|
| Potassium 鉀 Kalium | 341.55 mg 毫克 |
| Calcium 鈣 Kalsium | 15.76 mg 毫克 |
| Iron 鐵 Besi | 1.28 mg 毫克 |
| Phosphorus 磷 Fosforus | 0.36 g 克 |
| Vitamin 維生素 Vitamin B1 | 2.83 mg 毫克 |
| Vitamin 維生素 Vitamin B2 | 0.38 mg 毫克 |
| Vitamin 維生素 Vitamin B6 | 0 mg 毫克 |
| Vitamin 維生素 Vitamin E | 1.71 mg 毫克 |

| Calories per gram 每克卡路里 Kalori setiap gram : | |
|--|---|
| Fat 脂肪 Lemak | 9 |
| Carbohydrate 碳水化合物 Karbohidrat | 4 |
| Protein 蛋白質 Protein | 4 |

Nutrients may vary depending on crop or production process. 营养的差别可将取决于收成或生产的过程。

Nutrien mungkin berbeza-beza bergantung pada tanaman atau proses perkilangan.