



## VOEDINGSWAARDEN DOE-HET-ZELF PAKKET WORTEL KWARK BOLLETJES

### Inhoud pakket

- 300 gram verse wortel
- Volkoren bakmix zonder suiker ( **TARWE** volkorenmeel, enzym (**TARWE**), rijsmiddel: E450i; E500, natief aardappelzetmeel, kruiden en specerijen (kaneel, nootmuskaat, kruidnagel, piment, gember, koriander, foelie, kardamon)
- Rozijnen
- Vrolijk kinderrecept met eetspelletje

Thuis nog toevoegen: 300 gram kwark

### Voedingswaarden per 100 gram onbereid product

energie	206 kcal
vetten	0,9 g
waarvan verzadigde vetzuren	0,2 g
koolhydraten	39,5 g
waarvan suikers	16,6
vezels	7,2 g
eiwitten	6,7 g
zout	0,2 g

*Allergie-informatie: bevat tarwe. Kan sporen bevatten van andere glutenbevattende granen, lupine, sesam of soja.*

Dit product valt binnen de richtlijnen Schijf van Vijf van het Voedingscentrum (categorie Brood) indien consument kiest voor magere kwark.