



Valeurs énergétiques et nutritionnelles moyennes pour :

« Gaspacho de Tomates Andalou »

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Pour 1 portion*	%AQR** pour 1 portion*
Énergie	67,49 kJ et 16,15 kcal	203,15 kJ et 48,60 kcal	2 %
Matières grasses dont acides gras saturés	0 g 0 g	0 g 0 g	0 % 0 %
Glucides dont Sucres	1,92 g 1,92 g	5,79 g 5,79 g	2 % 6 %
Protéines	0,92 g	2,76 g	6 %
Sel	0,82 g	2,47 g	41 %

\*1 portion = 301 g.

\*\*AQR: Apport quotidien de Référence pour un adulte-type (8400kJ / 2000kcal).  
Les besoins individuels dépendent de l'âge, du sexe et de l'activité physique.