

209066 - Linwoods

SEMI DI CHIA

Peso Netto 200g

INGREDIENTI

Semi di Chia 100% Bio Macinati (Semi di Salvia Hispanica).

Può contenere tracce di semi di **sesamo, frutta a guscio e soia**.

Prodotto proveniente da diversi paesi. Adatto per diete vegetariane e vegane.

Conservare in frigorifero dopo l'apertura.

Consumare entro 45 giorni dall'apertura. Può essere congelato.

Linwoods Health Foods

190 Monaghan Road, Armagh, Northern Ireland, BT60 4EZ

Tel. +44 (0)28 3756 8477 flax@linwoods.co.uk

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI Per 100 grammi

	Per 100g
Valore energetico	
	1796kJ / 435kcal
Proteine	24,2g
Carboidrati, totali	2,6g
di cui zuccheri	<0,4g
Grassi totali	29,9g
di cui saturi	3,2g
acidi grassi monoinsaturi	2,0g
acidi grassi polinsaturi	23,3g
Fibre	29,2g
Sale	0,12g
Fosforo	1070 mg 153%*
Magnesio	374 mg 100%*
Ferro	12,9 mg 92%*
Zinco	7,9 mg 79%*
Acidi grassi Omega 3	17,6g

*%VNR Valori Nutritivi di Riferimento

SEMI DI LINO MACINATI

Peso Netto 425g

INGREDIENTI

Semi di Lino 100% Bio.

Contiene naturalmente zucchero.

Prodotto proveniente da Canada, adatto per diete vegetariane e vegane.

Attenzione: Può contenere tracce di semi di **sesamo, frutta a guscio e soia**.

Dopo l'apertura, conservare in frigo.

Consumare entro 45 giorni dall'apertura.

Può anche essere congelato.

Linwoods Health Foods

190 Monaghan Road, Armagh, Northern Ireland, BT60 4EZ

Tel. +44 (0)28 3756 8477 flax@linwoods.co.uk

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI Per 100 grammi

	Per 100g
Valore energetico	
	2096Kj/508Kcal
Proteine	22.1g
Carboidrati, totali	3.0g
di cui zuccheri	1.8g
Grassi totali	40.0g
di cui saturi	4.5g
Acidi grassi monoinsaturi	8.5g
Acidi grassi polinsaturi	25.3g
Fibre	23.7g
Sale	<0.1g
Potassio	720mg
Calcio	170mg
Fosforo	460mg
Magnesio	380mg
Ferro	7,06mg
Zinco	5,5mg
Acidi grassi omega 3	19,4g

SEMI DI LINO MACINATI, MANDORLE, NOCI DEL BRASILE, NOCI E COENZIMA Q10

Peso Netto 360g

INGREDIENTI

69% Semi di Lino, **10% Mandorle, 10% Noci del Brasile, 10% Noci**, 1% Amido di Mais Ceroso, Coenzima Q10.

Prodotto proveniente da più paesi adatto per diete vegetariane e vegane.

Attenzione: Per gli allergeni consultare gli ingredienti in **grassetto**. Può contenere tracce di **semi di sesamo** e **soia**.

Dopo l'apertura, tenere in frigo.

Consumare entro 45 giorni dall'apertura.

Può anche essere congelato.

Linwoods Health Foods

190 Monaghan Road, Armagh, Northern Ireland, BT60 4EZ

Tel. +44 (0)28 3756 8477 flax@linwoods.co.uk

INFORMAZIONI NUTRIZIONALI Per 100 grammi

	Per 100g
Valore energetico	
	2309Kj/559Kcal
Proteine	19.6
Carboidrati, totali	5.6g
di cui zuccheri	2.8g
Grassi totali	46.9g
di cui saturi	6.1g
di cui polinsaturi	27.3g
dei quali monoinsaturi	11.4g
Fibre	18.1g
Sale	0.06g
Vitamina E	3,17mg
Tiamina	0,48mg
Vitamina B6	0,21mg
Potassio	650mg
Calcio	230mg
Fosforo	455mg
Magnesio	330mg
Ferro	5,96mg
Zinco	4,42mg
Selenio	91mg
Acidi grassi omega 3	14,6g
H – ORAC	4600 ORAC
Co –Q10	100mg