

**MIA****INSALATE****CODICE RICETTA: 65513****INGREDIENTI:** Pollo petto crudo, Patate crude, Broccolo, Cavolfiore, **SEDANO** crudo**VALORI NUTRIZIONALI (PER 100 G)**

	<b>Valore</b>	<b>%RDA</b>
<b>ENERGIA</b>	281 kj 66 kcal	3 %
<b>GRASSI</b>	0,6 g	1 %
di cui acidi grassi saturi	0,1 g	1 %
<b>CARBOIDRATI</b>	4,2 g	2 %
di cui Zuccheri	1,2 g	1 %
<b>PROTEINE</b>	11 g	22 %
<b>SALE</b>	0,07 g	1 %

ASSUNZIONI DI RIFERIMENTO DI UN ADULTO MEDIO  
8400 kJ / 2000 kcal