

OHRAPUURO

Annosmäärä: 100 kpl Annoskoko: 302 g Annostyyppi: Pääruoka

LUOMUTON

<i>Raaka-aineet</i>	<i>Raakapaino</i>	<i>Hinta</i>	<i>Luomua</i>
Kevytmaito	20 500 g	0,96€	
Vesi	6000 g	0,00 €	
Ohrasuurimot	3000 g	0,89 €	
Voi	550 g	8,04 €	
Suola	111 g	0,76 €	

Annoksen hinta **0,27 €**
Luomuprosentti **0 %**
Energia / annos **231 kcal**

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **19 %**
Hiilihydraattia **63 %**
Rasvaa **19 %**

LUOMU

Vaihda luomuksi esimerkiksi näin!

<i>Raaka-aineet</i>	<i>Raakapaino</i>	<i>Hinta</i>	<i>Luomua</i>
Kevytmaito	20 500 g	0,96€	
Vesi	6000 g	0,00 €	
Ohrasuurimot	3000 g	2,20 €	x
Voi	550 g	8,04 €	
Suola	111 g	0,76 €	

Annoksen hinta **0,31 €**
Luomuprosentti **12 %**
Energia / annos **231 kcal**

RAVINTOSISÄLTÖ

Proteiinia **19 %**
Hiilihydraattia **63 %**
Rasvaa **19 %**