

# ขนมถั่วลิสงเตาอบกรอบ

สดถึงเต็ม



คุณค่าทางโภชนาการต่อ 1 ซอง

พลังงาน	น้ำตาล	ไขมัน	โซเดียม
170 กิโลแคลอรี	น้อยกว่า 1 กรัม	9 กรัม	190 มิลลิกรัม
*9%	*1%	*14%	*8%

\*คิดเป็นร้อยละของปริมาณสูงสุดที่บริโภคได้ต่อวัน

น้ำหนักสุทธิ 34 กรัม

วันผลิต 230418  
ควรบริโภคก่อน 211018

# ขนมถั่วลิสงตา อบกรอบ

## ข้อมูลโภชนาการ

หนึ่งหน่วยบริโภค : 1 ซอง (34 กรัม)

จำนวนหน่วยบริโภคต่อซอง : 1

คุณค่าทางโภชนาการต่อหนึ่งหน่วยบริโภค

พลังงานทั้งหมด 170 กิโลแคลอรี (พลังงานจากไขมัน 80 กิโลแคลอรี)

		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน *
ไขมันทั้งหมด	9 ก.	14 %
ไขมันอิ่มตัว	3.5 ก.	18 %
กรดไขมันชนิดทรานส์	0 ก.	
โคเลสเตอรอล	0 มก.	0 %
โปรตีน	6 ก.	
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด	17 ก.	6 %
ใยอาหาร	3 ก.	12 %
น้ำตาล	น้อยกว่า 1 ก.	
โซเดียม	190 มก.	8 %

		ร้อยละของปริมาณที่แนะนำต่อวัน*	
วิตามินเอ	0 %	วิตามินบี 1	10 %
วิตามินบี 2	0 %	แคลเซียม	น้อยกว่า 2 %
เหล็ก	15 %	วิตามิน อี	6 %
ไอโอดีน	80 %		

\* ร้อยละของปริมาณสารอาหารที่แนะนำให้บริโภคต่อวันสำหรับคนไทยอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป (Thai RDI) โดยคิดจากความต้องการพลังงานวันละ 2,000 กิโลแคลอรี

## บริโภคแต่น้อยและออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

ส่วนประกอบที่สำคัญโดยประมาณ : ถั่วลิสง 76.00% น้ำมันพืช 21.00%  
เกลือไอโอดีน 1.50% เครื่องปรุงรส 1.50% แต่งกลิ่นธรรมชาติ และกลิ่นเลียนธรรมชาติ  
ข้อมูลสำหรับผู้แพ้อาหาร : มีผลิตภัณฑ์จากแป้งสาลี ปลา ผลิตภัณฑ์จากถั่วเหลือง  
และแลคโตส

ผลิตโดย บริษัท ฟ้างามแท้ จำกัด  
999/750 ถนนเทอดไท แขวงบางยี่เรือ  
เขตธนบุรี กรุงเทพฯ 10600



10-1-99958-1-0169