

Text	Text englisch	Energie	B	T	W	blonnik	mineraty	A	E	B1	B2	B3	B32	B5	B6	B9	C	Ca	Mg	Fe	Zn	Mn	gluko	frukto	skrobia	celuloza	ligniny
Kartoffeln ungeschält roh		73	1940	14	15616	1230	1020	1	53	78	7	1220	1720	400	164	15	18760	9	22	890	423	106	234	156	14914	431	0
Maniok roh		137	1000	230	32070	2900	700	5	0	60	30	600	900	500	200	24	30000	32	65	1170	550	620	160	160	31590	1653	29
Batate roh		111	1630	600	24080	3140	1120	1314	4560	64	50	600	1067	830	270	12	30000	22	18	664	230	240	786	655	19460	1036	260