



Average Nutritional Values/ gennemsnitlige næringsværdier/
información nutricional, valores medios/ valeur nutritionnelle
moyenne pour/ keskimääräinen ravintoarvo/ gemiddelde
voedingswaarde/ **per 100g**

Energy/energi/valor energético/énergie/ energia/energie	2578kJ/622kcal
Fat/fedt/grasas/matières grasses/rasva/vetten of which saturates/hvoraf mættede fedtsyrer/ de las cuales saturadas/dont acides gras saturés/ josta tyydyttyynyttä/waarvan verzadigde vetzuren	42g 3.7g
Carbohydrate/kulhydrater/hidratos de carbono/ glucides/hiihihydraatti/koolhydraten of which sugars/fiber/de los cuales azúcares/ dont sucres/josta sokereita/waarvan suikers	29g 1.5g
Fibre/fiber/fibra alimentaria/fibres alimentaires/ ravintokuitu/vezels	27g
Protein/protein/proteinas/proteines/proteiini/eiwitten	18g
Salt/salt/sal/sel/suola/zout	0.07g

Linoleic acid/linolsyre/ácido linoleico/l'acide linoléique/linolihapo/linolzuur	5.9g
Alpha Linolenic acid/alpha linolensyre/ácido alfa-linolénico/acide alpha linoléique/ alfa-linoleenihappo/alfa linoleenzuur	22.8g

Differences in the raw materials may cause slight variations in these values/ Forskelle i råmateriale kan forårsage mindre variationer i disse værdier/ Las diferencias en las materias primas pueden provocar ligeras variaciones en estos valores/ Des différences dans les matières premières peuvent entraîner de légères variations de ces valeurs/ Raaka-ainesten erot voivat aiheuttaa pieniä vaihteluja näissä arvoissa/ Verschillen in de grondstoffen kunnen kleine variaties in deze waarden veroorzaken.

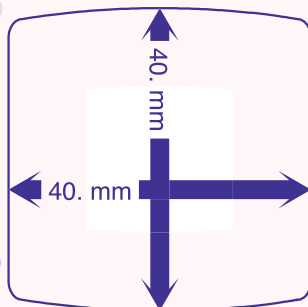


500ge



plastic free
100% paper

ORGANIC LINSEED GOLD



Linseed (flaxseed) provides a **good source** of polyunsaturated fatty acids which are a vital part of a healthy diet

500ge



Linseed (Flaxseed) has been known for centuries as an excellent source of vital polyunsaturated fatty acids.
Use in baking, or add to muesli or smoothies for extra fibre.

Store cool and dry/ Oppbevares kjølig og tørt/ Almacenar en lugar fresco y seco/ Conserver dans un endroit frais et sec/ Säilytä viileässä ja kuivassa paikassa/ Bewaren op een koele en droge plaats

Best before: see top of pack/ Bedste før: se toppen av pakken/ Consommer avant de: voir la partie supérieure du paquet/ À consommer de préférence avant le: voir le haut du paquet/ Parasta ennen: katso paketin yläosa/ Ten minste houdbaar tot: zie bovenkant van pakket



IT-BIO-007
EU Agriculture
Agricultura UE
EU jordbrug
Agriculture UE
EU maataloutta
EU Landbouw



ORGANIC LINSEED GOLD

GB ORGANIC GOLD LINSEED

Ingredients: Linseed.
*= Certified Organic Ingredients.

DK/LINFRØ ØKOLOGISK

Ingredienser: linfrø*.
*= fra kontrollerede økologiske landbrug.

ES LINAZA DORADA ECOLÓGICO

Ingredientes: linaza*.
*= ingredientes ecológicos certificados.

F GRAINES DE LIN DORÉES BIOLOGIQUE

Ingredients: graines de lin*.
*= issus de l'agriculture biologique.

FIN KULTAINEN PELLAVANSIEMEN LUOMU

Ainekset: pellavansiemen*.
*= kontrolloitu luomutuote.

NL BIOLOGISCHE GOUD LIJNZAAD

Ingrediënten: lijnzaad*.
*= van gecontroleerde biologische landbouw.



Plastic Free
100% Recyclable Paper



500ge

www.biona.co.uk
Biona, 6a Lower Teddington Rd., Kingston KT1 4ER, UK
Biona, Turfstekker 6, 8433 HT, Haulerwijk, Netherlands