Produktdaten gemäß LMIV

<u>Hersteller</u>: Figurapharma GmbH & Co. KG, Sportallee 41-45, 22335 Hamburg

<u>PZN:</u> 9729429

<u>Produktname:</u> Figura flex Trennkost-Shakes

<u>Zusammensetzung und Hinweise:</u>

Eiweiß-Shake Cranberry-Kirsch:

Molkeneiweiß, *Süßmolkenpulver, Milcheiweiß*, *Sojaeiweißisolat*, Fettpulver (*Sojaöl*, Maltodextrin, *Milcheiweiß*), *Weizeneiweiß*, Aroma, *Eiklarpulver,* Verdickungsmittel Guarkernmehl, Emulgator *Sojalecithine*, Rote-Bete-Saftpulver, Säuerungsmittel Citronensäure, Salz, Acerolasaftpulver, Süßstoff Sucralose, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Zinkoxid, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Retinylacetat, Natriumjodid, Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin, pflanzliches Öl.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 345 kJ / 82 kcal
Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 250 ml fettarmer Milch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 25 g Pulver in 250 ml fettarme Milch (1,5% Fett)

Eiweiß-Shake Vanille:

Molkeneiweiß, Süßmolkenpulver, Milcheiweiß, Sojaeiweißisolat, Fettpulver (*Sojaöl*, Maltodextrin, *Milcheiweiß), Weizeneiweiß*, Aroma, *Eiklarpulver*, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Emulgator *Sojalecithine*, Farbstoff Beta-Carotin, Salz, Acerolasaftpulver, Süßstoff Sucralose, Magnesiumcarbonat, Eisendiphosphat, Zinkoxid, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Retinylacetat, Natriumjodid, Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin, pflanzliches Öl.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 345 kJ / 82 kcal
Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 250 ml fettarmer Milch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 25 g Pulver in 250 ml fettarme Milch (1,5% Fett)

Kohlehydrat-Shake Schoko-Kaffee:

Zutaten: *Süßmolkenpulver, eiweißangereichertes Molkenpulver, Sojaeiweißisolat*, Emulgator *Sojalecithine*, Dextrin, Verdickungsmittel Guarkernmehl und Xanthan, Aroma, Karamell, fettarmes Kakaopulver, Kaffee-Extrakt, Acerolapulver, Maltodextrin, Tricalciumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Salz, pflanzliches Fett, Riboflavin, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Natriumjodid, Natriumselenit, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-DPantothenat, Nicotinamid, Retinylacetat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Cyanocobalamin, D-Biotin, Folsäure, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 292kJ / 65 kcal
Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml
Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

Kohlehydrat-Shakes Banane-Aprikose:

Zutaten: *Süßmolkenpulver, eiweißangereichertes Molkenpulver, Sojaeiweißisolat*, *Emulgator Sojalecithine*, Dextrin, *fettarmes Joghurtpulver*, Verdickungsmittel Guarkernmehl und Xanthan, Aprikosenfruchtpulver, Acerolapulver, Aroma, Maltodextrin, Tricalciumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Salz, pflanzliches Fett, Säuerungsmittel Citronensäure, Farbstoff Riboflavin und Beta Carotin, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Natriumjodid, Natriumselenit, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Nicotinamid, Retinylacetat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Cyanocobalamin, D-Biotin, Folsäure, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 290 kJ / 64 kcal
Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml
Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

Neutrale Shakes Heidelbeer:

Zutaten: *Sauermolkenpulver, Sojaeiweißisolat*, Dextrin, *Emulgator Sojalecithine*, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Heidelbeerpulver, Rote-Bete-Saftpulver, Aroma, Tricalciumphosphat, Salz, Magnesiumcarbonat, L-Ascorbinsäure, Eisendiphosphat, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, pflanzliches Öl, Maltodextrin, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Nicotinamid, Natriumselenit, Retinylacetat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, DL-alpha-Tocopherol, Natriumjodid, D-Biotin, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol, Folsäure, Cyanocobalamin.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 290 kJ / 65 kcal
Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml
Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

Neutrale Shakes - Gemüsesuppe:

Zutaten: *Sojaeiweißisolat, Sauermolkenpulver, Emulgator Sojalecithine*, Karottenflocken, *Sellerieknollenpulver*, Zwiebelpulver, Karottengrieß, Dextrin, getrockneter Lauch, Salz, Brokkolipulver, Spinatpulver, getrocknete Petersilie, Tricalciumphosphat, Aroma, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Magnesiumhydroxid, Trennmittel Siliciumdioxid, Eisendiphosphat, L-Ascorbinsäure, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfergluconat, Natriumselenit, Kaliumjodid, Retinylacetat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, pflanzliches Öl, Pyridoxinhydrochlorid, DL-alpha-Tocopherol, Cyanocobalamin, D-Biotin, Nicotinamid, Folsäure, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 284 kJ / 68 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung.
Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml heißem Wasser mit dem Schneebesen verrühren.
* Portionsgröße: 57 g Pulver in 300 ml Wasser

Verwendung bei Angabe von pflanzl. Öl / pflanzl. Fett = Palmöl / Palmfett

Nettofüllmenge: e 394 g/ 12 Portionen

LINK zur Produktinfo:
http://figurapharma.com/figuraflex.htm#.VG3Elcnl56E

Nährwert-Tabelle zum Download:

Packshot:

E-Mail Ansprechpartner:
e.hargens@figurapharma.com

Suchbegriffe:
Diät, Trennkost, Abnehmen, Gewicht, Gesund Abnehmen, Shake, Shakes, Übergewicht, Eiweiß, Gewicht verlieren, Schlank

NÄHRWERTANGABEN

figura flex

EIWEISS-SHAKE VANILLE-GESCHMACK (2x 25 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1750 kJ 415 kcal	932 kJ 221 kcal	
Eiweiß	58 g	23 g	
Kohlenhydrate	21 g	17 g	
- davon Zucker	16 g	16 g	
Fett	11 g	6,7g	
- davon ges. Fettsäuren	3,1 g	2,5 g	
- davon Linolsäure	3,7 g	1,0 g	
Ballaststoffe	1,0 g	0,3 g	
Natrium	0,4 g	0,2 g	
Vitamin A (RE)	1075 µg	301 µg	38
Vitamin D	5,7 µg	1,5 µg	30
Vitamin E (TE)	21 mg	5,3 mg	45
Vitamin C	50 mg	17 mg	21
Vitamin B1 / Thiamin	1,6 mg	0,5 mg	45
Vitamin B2 / Riboflavin	2,5 mg	1,1 mg	77
Niacin (NE)	24 mg	6,1 mg	38
Vitamin B6	2,1 mg	0,6 mg	46
Folsäure	280 µg	81 µg	41
Vitamin B12	5,4 µg	2,4 µg	96
Biotin	66 µg	25 µg	51
Pantothensäure	4,6 mg	2,0 mg	34
Calcium	412 mg	398 mg	50
Phosphor	460 mg	343 mg	49
Kalium	560 mg	528 mg	26
Eisen	23 mg	5,9 mg	42
Magnesium	150 mg	68 mg	18
Selen	89 µg	22 µg	40
Mangan	1,4 mg	0,4 mg	18
Zink	13 mg	4,2 mg	42
Jod	285 µg	80 µg	53
Kupfer	1,9 mg	0,5 mg	50

Zutaten: Molkeneiweiß, Süßmolkenpulver, Milcheiweiß, Sojaeiweißisolat, Fettpulver (Sojaöl, Maltodextrin, Milcheiweiß), Weizeneiweiß, Aroma, Eiklarpulver, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Emulgator Sojalecithine, Farbstoff Beta-Carotin, Salz, Acerolasaftpulver, Süßstoff Sucralose, Magnesiumcarbonat, Eisendiphosphat, Zinkoxid, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Retinylacetat, Natriumjodid, Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin, pflanzliches Öl.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 345 kJ / 82 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 250 ml fettarmer Milch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 25 g Pulver in 250 ml fettarme Milch (1,5% Fett)

EIWEISS-SHAKE CRANBERRY-KIRSCH-GESCHMACK (2x 25 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1751 kJ 415 kcal	932 kJ 221 kcal	
Eiweiß	58 g	23 g	
Kohlenhydrate	21 g	17 g	
- davon Zucker	16 g	16 g	
Fett	11 g	6,6 g	
- davon ges. Fettsäuren	3,1 g	2,5 g	
- davon Linolsäure	3,7 g	1,0 g	
Ballaststoffe	1,1 g	0,3 g	
Natrium	0,4 g	0,2 g	
Vitamin A (RE)	1070 µg	300 µg	38
Vitamin D	5,7 µg	1,5 µg	30
Vitamin E (TE)	21 mg	5,3 mg	45
Vitamin C	48 mg	16 mg	20
Vitamin B1 / Thiamin	1,6 mg	0,5 mg	45
Vitamin B2 / Riboflavin	2,5 mg	1,1 mg	77
Niacin (NE)	24 mg	6,1 mg	38
Vitamin B6	2,1 mg	0,6 mg	46
Folsäure	280 µg	81 µg	41
Vitamin B12	5,4 µg	2,4 µg	96
Biotin	66 µg	25 µg	51
Pantothensäure	4,6 mg	2,0 mg	34
Calcium	405 mg	396 mg	50
Phosphor	460 mg	343 mg	49
Kalium	575 mg	531 mg	27
Eisen	23 mg	5,9 mg	42
Magnesium	220 mg	85 mg	23
Selen	89 µg	22 µg	40
Mangan	1,4 mg	0,4 mg	18
Zink	13 mg	4,2 mg	42
Jod	285 µg	80 µg	53
Kupfer	1,9 mg	0,5 mg	50

Zutaten: Molkeneiweiß, Süßmolkenpulver, Milcheiweiß, Sojaeiweißisolat, Fettpulver (Sojaöl, Maltodextrin, Milcheiweiß), Weizeneiweiß, Aroma, Eiklarpulver, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Emulgator Sojalecithine, Rote-Bete-Saftpulver, Säuerungsmittel Citronensäure, Salz, Acerolasaftpulver, Süßstoff Sucralose, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Zinkoxid, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Retinylacetat, Natriumjodid, Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin, pflanzliches Öl.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 345 kJ / 82 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 250 ml fettarmer Milch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 25 g Pulver in 250 ml fettarme Milch (1,5% Fett)

NÄHRWERTANGABEN

figura flex

KH-SHAKE BANANE-APRIKOSEN-GESCHMACK (2x 30 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1614 kJ 384 kcal	928 kJ 205 kcal	
Eiweiß	24 g	13 g	
Kohlenhydrate	42 g	19 g	
- davon Zucker	39 g	12 g	
Fett	11 g	6,8 g	
- davon ges. Fettsäuren	2,5 g	2,0 g	
- davon Linolsäure	3,0 g	2,8 g	
Ballaststoffe	11 g	4,1 g	
Natrium	0,8 g	0,3 g	
Vitamin A (RE)	1200 µg	360 µg	45
Vitamin D	5,0 µg	1,5 µg	30
Vitamin E (TE)	18 mg	5,4 mg	45
Vitamin C	65 mg	20 mg	24
Vitamin B1 / Thiamin	1,8 mg	0,9 mg	82
Vitamin B2 / Riboflavin	3,2 mg	1,1 mg	78
Niacin (NE)	26 mg	8,5 mg	53
Vitamin B6	2,5 mg	0,9 mg	67
Folsäure	320 µg	99 µg	50
Vitamin B12	4,0 µg	1,2 µg	48
Biotin	80 µg	24 µg	48
Pantothensäure	5,6 mg	1,9 mg	32
Calcium	650 mg	285 mg	36
Phosphor	850 mg	255 mg	36
Kalium	1170 mg	924 mg	46
Eisen	26 mg	10 mg	73
Magnesium	320 mg	97 mg	26
Selen	100 µg	30 µg	55
Mangan	1,6 mg	0,5 mg	24
Zink	15 mg	5,7 mg	57
Jod	360 µg	108 µg	72
Kupfer	1,9 mg	0,9 mg	87

Zutaten: Süßmolkenpulver, eiweißangereichertes Molkenpulver, Sojaeiweißisolat, Emulgator Sojalecithine, Dextrin, fettarmes Joghurtpulver, Verdickungsmittel Guarkernmehl und Xanthan, Aprikosenfruchtpulver, Acerolapulver, Aroma, Maltodextrin, Tricalciumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Salz, pflanzliches Fett, Säuerungsmittel Citronensäure, Farbstoff Riboflavin und Beta Carotin, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Natriumjodid, Natriumselenit, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Nicotinamid, Retinylacetat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Cyanocobalamin, D-Biotin, Folsäure, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 290 kJ / 64 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

KH-SHAKE SCHOKO-KAFFEE-GESCHMACK (2x 30 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1636 kJ 389 kcal	935 kJ 207 kcal	
Eiweiß	23 g	13 g	
Kohlenhydrate	42 g	19 g	
- davon Zucker	37 g	12 g	
Fett	11 g	6,9 g	
- davon ges. Fettsäuren	2,7 g	2,0 g	
- davon Linolsäure	3,2 g	2,9 g	
Ballaststoffe	10 g	4,0 g	
Natrium	0,7 g	0,3 g	
Vitamin A (RE)	1200 µg	360 µg	45
Vitamin D	5,0 µg	1,5 µg	30
Vitamin E (TE)	22 mg	6,6 mg	55
Vitamin C	56 mg	17 mg	21
Vitamin B1 / Thiamin	1,8 mg	0,9 mg	82
Vitamin B2 / Riboflavin	3,1 mg	1,1 mg	75
Niacin (NE)	28 mg	9,1 mg	57
Vitamin B6	2,5 mg	0,9 mg	67
Folsäure	320 µg	99 µg	50
Vitamin B12	4,5 µg	1,4 µg	54
Biotin	85 µg	26 µg	51
Pantothensäure	5,7 mg	1,9 mg	32
Calcium	690 mg	297 mg	37
Phosphor	930 mg	279 mg	40
Kalium	1250 mg	948 mg	47
Eisen	26 mg	10 mg	73
Magnesium	330 mg	100 mg	27
Selen	100 µg	30 µg	55
Mangan	1,6 mg	0,5 mg	24
Zink	15 mg	5,7 mg	57
Jod	360 µg	108 µg	72
Kupfer	2,2 mg	1,0 mg	96

Zutaten: Süßmolkenpulver, eiweißangereichertes Molkenpulver, Sojaeiweißisolat, Emulgator Sojalecithine, Dextrin, Verdickungsmittel Guarkernmehl und Xanthan, Aroma, Karamell, fettarmes Kakaopulver, Kaffee-Extrakt, Acerolapulver, Maltodextrin, Tricalciumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisendiphosphat, Salz, pflanzliches Fett, Riboflavin, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Natriumjodid, Natriumselenit, DL-alpha-Tocopherol, Calcium-D-Pantothenat, Nicotinamid, Retinylacetat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Cyanocobalamin, D-Biotin, Folsäure, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 292kJ / 65 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

NÄHRWERTANGABEN

figura flex

NEUTRALER SHAKE HEIDELBEER-GESCHMACK (2x 30 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1611 kJ 385 kcal	927 kJ 208 kcal	
Eiweiß	25 g	14 g	
Kohlenhydrate	32 g	16 g	
- davon Zucker	23 g	13 g	
Fett	11 g	7,0 g	
- davon ges. Fettsäuren	2,0 g	1,8 g	
- davon Linolsäure	3,8 g	3,1 g	
Ballaststoffe	21 g	9,9 g	
Natrium	0,7 g	0,3 g	
Vitamin A (RE)	910 µg	273 µg	34
Vitamin D	5,0 µg	1,5 µg	30
Vitamin E (TE)	14 mg	4,2 mg	35
Vitamin C	50 mg	15 mg	19
Vitamin B1 / Thiamin	1,6 mg	0,8 mg	76
Vitamin B2 / Riboflavin	2,8 mg	1,0 mg	69
Niacin (NE)	23 mg	7,6 mg	47
Vitamin B6	2,1 mg	0,8 mg	58
Folsäure	280 µg	87 µg	44
Vitamin B12	2,1 µg	0,6 µg	25
Biotin	80 µg	24 µg	48
Pantothensäure	6,2 mg	2,1 mg	35
Calcium	540 mg	252 mg	32
Phosphor	870 mg	261 mg	37
Kalium	860 mg	831 mg	42
Eisen	22 mg	9,0 mg	64
Magnesium	195 mg	59 mg	16
Selen	85 µg	26 µg	46
Mangan	1,4 mg	0,4 mg	21
Zink	13 mg	5,1 mg	51
Jod	280 µg	84 µg	56
Kupfer	1,9 mg	0,9 mg	87

Zutaten: Sauermolkenpulver, Sojaeiweißisolat, Dextrin, Emulgator Sojalecithine, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Heidelbeerpulver, Rote-Bete-Saftpulver, Aroma, Tricalciumphosphat, Salz, Magnesiumcarbonat, L-Ascorbinsäure, Eisendiphosphat, Süßstoff Sucralose, Zinkoxid, pflanzliches Öl, Maltodextrin, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Nicotinamid, Natriumselenit, Retinylacetat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, DL-alpha-Tocopherol, Natriumjodid, D-Biotin, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol, Folsäure, Cyanocobalamin.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 290 kJ / 65 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung. Mit Süßungsmittel.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml Sojamilch im Shaker aufschütteln oder mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Sojamilch (1,2% Fett)

NEUTRALE GEMÜSECREME-SUPPE (2x 57 g)

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion*	% RDA**
Brennwert	1597 kJ 381 kcal	910 kJ 217 kcal	
Eiweiß	29 g	17 g	
Kohlenhydrate	32 g	18 g	
- davon Zucker	20 g	11 g	
Fett	12 g	6,6 g	
- davon ges. Fettsäuren	1,7 g	1,0 g	
- davon Linolsäure	3,6 g	2,1 g	
Ballaststoffe	14 g	7,9 g	
Natrium	1,3 g	0,7 g	
Vitamin A (RE)	775 µg	442 µg	55
Vitamin D	2,8 µg	1,6 µg	32
Vitamin E (TE)	6,2 mg	3,5 mg	29
Vitamin C	46 mg	26 mg	33
Vitamin B1 / Thiamin	0,9 mg	0,5 mg	47
Vitamin B2 / Riboflavin	1,2 mg	0,7 mg	49
Niacin (NE)	13 mg	7,4 mg	46
Vitamin B6	1,1 mg	0,6 mg	45
Folsäure	160 µg	91 µg	46
Vitamin B12	0,9 µg	0,5 µg	21
Biotin	25 µg	14 µg	29
Pantothensäure	3,4 mg	1,9 mg	32
Calcium	735 mg	419 mg	52
Phosphor	950 mg	542 mg	77
Kalium	1390 mg	792 mg	40
Eisen	13 mg	7,4 mg	53
Magnesium	180 mg	103 mg	27
Selen	48 µg	27 µg	50
Mangan	0,8 mg	0,5 mg	23
Zink	7,5 mg	4,3 mg	43
Jod	165 µg	94 µg	63
Kupfer	1,0 mg	0,6 mg	57

Zutaten: Sojaeiweißisolat, Sauermolkenpulver, Emulgator Sojalecithine, Karottenflocken, Sellerieknollenpulver, Zwiebelpulver, Karottengrieß, Dextrin, getrockneter Lauch, Salz, Brokkolipulver, Spinatpulver, getrocknete Petersilie, Tricalciumphosphat, Aroma, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Magnesiumhydroxid, Trennmittel Siliciumdioxid, Eisendiphosphat, L-Ascorbinsäure, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfergluconat, Natriumselenit, Kaliumjodid, Retinylacetat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, pflanzliches Öl, Pyridoxinhydrochlorid, DL-alpha-Tocopherol, Cyanocobalamin, D-Biotin, Nicotinamid, Folsäure, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol.

Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung: 284 kJ / 68 kcal

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

Folgende Zubereitung ist zwingend zu beachten: Portionsbeutel mit 300 ml heißem Wasser mit dem Schneebesen verrühren.

* Portionsgröße: 57 g Pulver in 300 ml Wasser