

Nährwertinformationen Valeur nutritive

		Pro Portion Pulver (35g) par portion poudre (35g)	Pro Portion Pulver und 2.5 dl Magermilch par portion de poudre et 2.5 dl de lait écrémé	100g Pulver enthalten 100g de poudre contient
Energie	kJ	538	886	1537
Energie	kcal	129	211	368
Eiweiss / protéines	g	16.5	25.5	47
Kohlenhydrate / hydrates de carbone	g	6.6	18.6	19
davon Zucker / dont sucre	g	3 / 4 *	15 / 16 *	8 / 11 *
Fette / lipides	g	3.1	3.3	8.9
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés	g	0.8	0.9	2.4
davon einfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras monoinsaturés	g	0.5	0.6	1.4
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren / dont acides gras polyinsaturés	g	1.1	1.1	3.2
Nahrungsfasern / fibres alimentaires	g	4.2	4.2	12
Natrium / sodium	g	0.145	0.243	0.414

Mineralstoffe Sels minéraux

		Pro Portion Pulver (35g) par portion poudre (35g)	% ETD** pro Portion Pulver % AJR*** par portion de poudre	100g Pulver enthalten 100g de poudre contient
Kalium / potassium	mg	550	27 %	1571
Kalzium / calcium	mg	300	37 %	857
Phosphor / phoshore	mg	265	38 %	757
Eisen / fer	mg	7.1	51 %	20.29
Magnesium	mg	138	37 %	394
Zink / zinc	mg	5.5	55 %	15.71
Fluor / fluor	mg	1.33	38 %	3.8
Jod / iode	µg	54	36 %	154
Selen / sélénium	µg	19	34 %	54
Kupfer / cuivre	mg	0.38	38 %	1.09
Mangan / manganèse	mg	1.0	50 %	2.86
Chrom / chrome	µg	19	47 %	54
Molybdän / molybdène	µg	23	46 %	65

Vitamine Vitamines

Vitamin / vitamine A	µg	301	38 %	860
Vitamin / vitamine D	µg	1.9	38 %	5.43
Vitamin / vitamine E	mg	4.2	35 %	12
Vitamin / vitamine C	mg	29.6	37 %	84.7
Vitamin / vitamine B1	mg	0.4	38 %	1.2
Vitamin / vitamine B2	mg	0.5	38 %	1.52
Niacin / niacine	mg	6.1	38 %	17.35
Vitamin / vitamine B6	mg	0.53	38 %	1.52
Folsäure / acide folique	µg	76	38 %	217
Vitamin / vitamine B12	µg	1.0	38 %	2.72
Biotin / biotine	µg	38	76 %	108
Pantothensäure / acide pantothénique	mg	2.3	38 %	6.5

* Vanille Caramel | **ETD = Empfohlene Tagesdosis | ***AJR = Apport Journalier Recommandé