

## Nährwertinformationen Valeur nutritive

		Pro Portion Pulver (70g) par portion poudre (70g)	100g Pulver enthalten 100g de poudre contiennent
Energie	kJ	1091	1559
Energie	kcal	261	373
Eiweiss / protéines	g	14	20
Kohlenhydrate / hydrates de carbone	g	50 / 49*	71 / 70*
davon Zucker / dont sucre	g	31 / 24**	45 / 35**
Fette / lipides	g	0.7 / 1*	1 / 1.4*
davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés	g	0.43 / 0.62*	0.62 / 0.88*
davon einfach ungesättigte Fettsäuren dont acides gras monoinsaturés	g	0.18 / 0.29*	0.25 / 0.42*
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren dont acides gras polyinsaturés	g	0.03 / 0.04*	0.04 / 0.05*
Nahrungsfasern / fibres alimentaires	g	0	0
Natrium / sodium	g	0.6	0.857

## Mineralstoffe Sels min éraux

		Pro Portion Pulver (70g) par portion poudre (70g)	% ETD*** pro Portion Pulver % AJR*** par portion de poudre	100g Pulver enthalten 100g de poudre contiennent
Kalium / potassium	mg	670	33 %	957
Kalzium / calcium	mg	336	42 %	480
Phosphor / phoshore	mg	252 / 280*	36 %	360
Eisen / fer	mg	4.9	35 %	7
Magnesium	mg	115	31 %	164
Zink / zinc	mg	4.9	49 %	7
Fluor / fluor	mg	1.23	35 %	1.75
Jod / iode	µg	49	33 %	70
Selen / sélénium	µg	14	25 %	20
Kupfer / cuivre	mg	0.35	35 %	0.5
Mangan / manganèse	mg	0.74	37 %	1.05
Chrom / chrome	µg	14	35 %	20
Molybdän / molybdène	µg	17	34 %	24

## Vitamine Vitamines

Vitamin / vitamine A	µg	336	42 %	480
Vitamin / vitamine D	µg	2.1	42 %	3
Vitamin / vitamine E	mg	4.62	39 %	6.6
Vitamin / vitamine C	mg	31.5	39 %	45
Vitamin / vitamine B1	mg	0.42	38 %	0.6
Vitamin / vitamine B2	mg	0.56	40 %	0.8
Niacin / niacine	mg	6.65	42 %	9.5
Vitamin / vitamine B6	mg	0.56	40 %	0.8
Folsäure / acide folique	µg	77	39 %	110
Vitamin / vitamine B12	µg	0.98	39 %	1.4
Biotin / biotine	µg	35	70 %	50
Pantothenäure / acide pantothénique	mg	2.38	40 %	3.4

\* Chocolat \*\* Banane \*\*\* ETD = Empfohlene Tagesdosis / AJR = Apport Journalier Recommandé