

Nährwerte & Zutaten

Riegel



ChocoBar	02
CaramelBar	03
ChocoCrisp Riegel	04
CranberryCrisp Riegel	05
JoghurtCrisp Riegel	06
LemonCrisp Riegel	07

ChocoBar Riegel

Geschmacksrichtung Choco

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiß, Voll**milch**schokoladenüberzug (18.8%) (Zucker, Kakaobutter, Voll**milch**pulver, Kakaomasse, Süß**molken**pulver, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Vanille-Extrakt), Fruktosesirup, Fructo-Oligosaccharide, Dattelsirup, Rosinen (4.5%), Sultaninen (99.5%), (Sonnenblumenöl), **Soja**öl, Aroma, **Hafer**flocken (1.8%), Dikaliumphosphat, gehackte **Mandeln** (0.9%), Natriumcitrat, Tri-Calciumphosphat, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Speisesalz, Magnesiumoxid, Eisen(II)-sulfat, Vitamin C, Säuerungsmittel (Citronensäure), Niacin, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Mangan(II)-sulfat, Vitamin A, Pantothen-säure, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Folsäure, Maltodextrin, Natriumselenit, Natriumjodid, Biotin, Vitamin K, Vitamin D, Vitamin B12

Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (64g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1537 kJ	18*	984 kJ	12*
Brennwert (kcal)	366 kcal	18*	234 kcal	12*
Fett	11.4 g	16*	7.3 g	10*
davon gesättigte Fettsäuren	5.9 g	30*	3.8 g	19*
Kohlenhydrate	34.4 g	13*	22 g	8*
davon Zucker	31.8 g	35*	20.4 g	23*
Ballaststoffe	9.3 g	-	6.0 g	-
Eiweiß	26.5 g	53*	17.0 g	34*
Salz	0.73 g	12*	0.47 g	8*
Vitamin A	515 µg	64**	330 µg	41**
Vitamin D3	4.0 µg	80**	2.6 µg	52**
Vitamin E	9.4 mg	78**	6.0 mg	50**
Vitamin K	40 µg	53**	25.6 µg	34**
Vitamin C	37.9 mg	47**	24.2 mg	30**
Thiamin	1.1 mg	100**	0.7 mg	64**
Riboflavin	1.6 mg	114**	1 mg	71**
Niacin	14.7 mg	92**	9.4 mg	59**
Vitamin B6	1.3 mg	93**	0.85 mg	61**
Folsäure	229 µg	115**	146 µg	73**
Vitamin B12	3.2 µg	128**	2.0 µg	80**
Biotin	39.3 µg	79**	25.2 µg	50**
Pantothen-säure	2.8 mg	47**	1.8 mg	30**
Kalium	1042 mg	52**	667 mg	33**
Calcium	414 mg	52**	265 mg	33**
Phosphor	574 mg	82**	367 mg	52**
Magnesium	189 mg	51**	121 mg	32**
Eisen	14.1 mg	101**	9.0 mg	64**
Zink	7.6 mg	76**	4.9 mg	49**
Kupfer	1 mg	100**	0.64 mg	64**
Mangan	0.95 mg	48**	0.61 mg	31**
Selen	60.6 µg	110**	38.8 µg	71**
Jod	93 µg	62**	59.5 µg	40**

Das Produkt enthält 1.6 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Zutaten:

Milcheiweiß, Voll**milch**schokoladenüberzug (16.8%) (Zucker, Kakaobutter, Voll**milch**pulver, Kakaomasse, Süß**molken**pulver, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Vanille-Extrakt), Fructo-Oligosaccharide, Fruktose-sirup, Dattelsirup, Rosinen ((4.6% (Sultaninen (99.5%), Sonnenblumenöl)), **Soja**öl, Dikaliumphosphat, **Hafer**flocken (1.8%), Magnesiumdicitrat, geröstete gehackte **Mandeln**, Aroma, Natriumcitrat, Tri-Calcium-phosphat, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Speisesalz, Karamell (0.1%) (Karamellzuckersirup, Malto-dextrin), Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Niacin, Mangan(II)-sulfat, Vitamin A, Pantothensäure, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Maltodextrin, Natriumselenit, Folsäure, Natriumjodid, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12.
Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (65 g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1501 kJ	18*	975 kJ	11.5*
Brennwert (kcal)	357 kcal	18*	232 kcal	11.5*
Fett	10.9 g	16*	7.1 g	10*
davon gesättigte Fettsäuren	5.2 g	26*	3.4 g	17*
Kohlenhydrate	31.1 g	12*	20.2 g	7.9*
davon Zucker	28.8 g	32*	18.7 g	21*
Ballaststoffe	12.1 g	-	7.9 g	-
Eiweiß	26.8 g	54*	17.4 g	34.6*
Salz	0.73 g	12*	0.48 g	7.8*
Vitamin A	474 µg	59**	308 µg	39**
Vitamin D3	4.1 µg	82**	2.7 µg	54**
Vitamin E	12.3 mg	103**	8mg	67**
Vitamin K	39.2 µg	52**	25.5 µg	34**
Vitamin C	52.9 mg	66**	34.4 mg	43**
Thiamin	0.83 mg	75**	0.54 mg	49**
Riboflavin	0.98 mg	70**	0.63 mg	45**
Niacin	9.9 mg	62**	6.5 mg	41**
Vitamin B6	0.84 mg	60**	0.54 mg	39**
Folsäure	109 µg	55**	71.0 µg	36**
Vitamin B12	2.7 µg	108**	1.8 µg	72**
Biotin	29.2 µg	58**	19 µg	38**
Pantothensäure	3.5 mg	58**	2.3 mg	38**
Kalium	1060 mg	53**	689 mg	34**
Calcium	416 mg	52**	270 mg	34**
Phosphor	580 mg	83**	377 mg	54**
Magnesium	182 mg	49**	118 mg	32**
Eisen	14.4 mg	103**	9.3 mg	66**
Zink	7.6 mg	76**	4.9 mg	49**
Kupfer	1 mg	100**	0.65 mg	65**
Mangan	0.95 mg	48**	0.62 mg	31**
Selen	63 µg	115**	41 µg	75**
Jod	93.3 µg	62**	60.7 µg	40**

Das Produkt enthält 1.6 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

ChocoCrisp Riegel

Geschmacksrichtung Choco

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Sojaweiß-Crispies (26.0%) **Sojaweiß** (70.0%), Reisgrieß, **Sojamehl**, Salz), Fruktosesirup, **Vollmilch-schokolade** (9.2%) (Zucker, Kakaobutter, **Vollmilchpulver**, Kakaomasse, Süß**molkenpulver**, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Vanille Extrakt), Fructo-Oligosaccharide, **Sojaweiß-Isolat**, Verdickungsmittel (Gummi arabicum), **Haferflocken**, Sonnenblumenöl, Aroma, Cornflakes (2.1%) (Maisgrieß, Dextrose, Salz), **Sojaweiß-Flakes** (2.1%) (texturiertes **Sojaweiß-Konzentrat**), Kakaobohnenstücke (2.0%), Dikaliumphosphat, Sprühs**ahnepulver**, Tri-Calciumphosphat, Kakaopulver (0.5%), Magnesiumoxid, Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Säuerungsmittel (Citronensäure), Niacin, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Mangan(II)-sulfat, Vitamin A, Pantothensäure, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Folsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, Biotin, Vitamin K, Vitamin D, Vitamin B12 .

Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (65 g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1493 kJ	18*	971 kJ	12*
Brennwert (kcal)	355 kcal	18*	231 kcal	12*
Fett	9.0 g	13*	5.8 g	8*
davon gesättigte Fettsäuren	3.9 g	20*	2.5 g	13*
Kohlenhydrate	36.7 g	14*	23.9 g	9*
davon Zucker	26.0 g	29*	16.9 g	18*
Ballaststoffe	11.5 g	-	7.5 g	-
Eiweiß	26.0 g	52*	16.9 g	34*
Salz	1.1 g	18*	0.72 g	12*
Vitamin A	659 µg	82**	428 µg	54**
Vitamin D3	3.8 µg	76**	2.4 µg	48**
Vitamin E	13.3 mg	111**	8.7 mg	73**
Vitamin K	43.1 µg	57**	28 µg	37**
Vitamin C	68.3 mg	85**	44.4mg	56**
Thiamin	1.1 mg	100**	0.72 mg	65**
Riboflavin	1.5 mg	107**	0.97 mg	69**
Niacin	19.3 mg	121**	12.5 mg	78**
Vitamin B6	1.3 mg	93**	0.81 mg	58**
Folsäure	185 µg	93**	120 µg	60**
Vitamin B12	1.2 µg	48**	0.76 µg	30**
Biotin	51.8 µg	104**	33.7 µg	67**
Pantothensäure	2.9 mg	48**	1.9 mg	32**
Kalium	929 mg	46**	603 mg	30**
Calcium	499 mg	62**	324 mg	41**
Phosphor	741 mg	106**	482 mg	69**
Magnesium	208 mg	56**	135 mg	36**
Eisen	17.1 mg	122**	11.1 mg	79**
Zink	8.0 mg	80**	5.2 mg	52**
Kupfer	1.4 mg	140**	0.9 mg	90**
Mangan	1.6 mg	80**	1.0 mg	50**
Selen	54.3 µg	99**	35.3 µg	64**
Jod	76.2 µg	51**	49.5 µg	33**

Das Produkt enthält 1.6 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

CranberryCrisp Riegel

Geschmacksrichtung Cranberry

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Sojaweiß-Crispies (23.5%) (**Sojaweiß** (70.0%), Reisgrieß, **Sojamehl**, Salz), Fruktosesirup, Fructo-Oligosaccharide, Weiße Joghurt Schokolade (9.2%) (Zucker, Kakaobutter, Mager**milch-Joghurtpulver** (20.3%), Voll**milchpulver**, Emulgator (Lecithin)), **Sojaweiß-Isolat**, Verdickungsmittel (Gummiarabicum), getrocknete, gezuckerte Cranberries (4.0%) (Cranberries (55.0%), Zucker, Sonnenblumenöl), **Haferflocken**, **Sojaöl**, Cornflakes (2.0%) (Maisgrieß, Dextrose, Salz), **Sojaweiß-Flakes** (2.0%) (texturiertes **Sojaweiß-Konzentrat**), Dikaliumphosphat, Sprüh**sahnepulver**, Säuerungsmittel (Citronensäure), Tri-Calciumphosphat, Aroma, Magnesiumoxid, Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Niacin, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Mangan(II)-sulfat, Vitamin A, Pantothensäure, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Folsäure, Maltodextrin, Natriumselenit, Natriumjodid, Biotin, Vitamin K, Vitamin D, Vitamin B12.

Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (65 g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1429 kJ	17*	929 kJ	11*
Brennwert (kcal)	340kcal	17*	221kcal	11*
Fett	7.6 g	11*	4.9 g	7*
davon gesättigte Fettsäuren	2.8 g	14*	1.8 g	9*
Kohlenhydrate	34.3 g	13*	22.3 g	9*
davon Zucker	25.9 g	29*	16.8 g	19*
Ballaststoffe	16.0 g	-	10.4 g	-
Eiweiß	25 g	50*	16.3 g	33*
Salz	1 g	17*	0.67 g	11*
Vitamin A	673 µg	84**	437 µg	55**
Vitamin D3	4 µg	80**	2.6 µg	52**
Vitamin E	12.4 mg	103**	8.1 mg	68**
Vitamin K	43.9 µg	59**	28.5 µg	38**
Vitamin C	68 mg	85**	44.2 mg	55**
Thiamin	1.1 mg	100**	0.71 mg	65**
Riboflavin	1.5 mg	107**	0.98 mg	70**
Niacin	20.7 mg	129**	13.4 mg	84**
Vitamin B6	1.3 mg	93**	0.86 mg	61**
Folsäure	187 µg	94**	122 µg	61**
Vitamin B12	1.2 µg	48**	0.76 µg	30**
Biotin	50.5 µg	101**	32.8 µg	66**
Pantothensäure	2.8 mg	47**	1.8 mg	30**
Kalium	976 mg	49**	634 mg	32**
Calcium	452 mg	57**	294 mg	37**
Phosphor	744 mg	106**	483 mg	69**
Magnesium	204 mg	54**	132 mg	35**
Eisen	16.6 mg	119**	10.8 mg	77**
Zink	8.3 mg	83**	5.4 mg	54**
Kupfer	1.3 mg	130**	0.87 mg	87**
Mangan	1.5 mg	75**	1 mg	50**
Selen	53.3 µg	97**	34.6 µg	63**
Jod	72.8 µg	49**	47.3 µg	32**

Das Produkt enthält 1.6 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

JoghurtCrisp Riegel

Geschmacksrichtung Joghurt

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Sojaweiß-Crispies (26.0%) (Sojaweiß (70.0%), Reisgrieß, Sojamehl, Salz), Fruktosesirup, weiße Joghurt Schokolade (9.2%) (Zucker, Kakaobutter, Magermilch-Joghurtpulver (20.3%), Vollmilchpulver, Emulgator Lecithine)), Fructo-Oligosaccharide, Sojaweiß-Isolat, Verdickungsmittel (Gummi arabicum), Haferflocken, Magermilch-Joghurtpulver (3.2%), Sojaöl, Cornflakes (2.1%) (Maisgrieß, Dextrose, Salz), Sojaweiß-Flakes (2.1%) (texturiertes Sojaweiß-Konzentrat), Dikaliumphosphat, Aroma, Tri-Calciumphosphat, Magnesiumoxid, Säuerungsmittel (Citronensäure), Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Zinkoxid, Niacin, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Mangan(II)-sulfat, Vitamin A, Pantothensäure, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Folsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, Biotin, Vitamin K, Vitamin D, Vitamin B12 .
Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (65 g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1444 kJ	17*	938 kJ	11*
Brennwert (kcal)	343 kcal	17*	223 kcal	11*
Fett	6.8 g	10*	4.4 g	6*
davon gesättigte Fettsäuren	3.5 g	18*	2.3 g	12*
Kohlenhydrate	37.4 g	14*	24.3 g	9*
davon Zucker	27.3 g	30*	17.8 g	20*
Ballaststoffe	11.7 g	-	7.6 g	-
Eiweiß	27.0 g	54*	17.5 g	35*
Salz	1.1 g	18*	0.73 g	12*
Vitamin A	521 µg	65**	339 µg	42**
Vitamin D3	3.9 µg	78**	2.5 µg	50**
Vitamin E	9.4 mg	78**	6.1 mg	51**
Vitamin K	45.1 µg	60**	29.3 µg	39**
Vitamin C	69.4 mg	87**	45.1 mg	56**
Thiamin	1.1 mg	100**	0.74 mg	67**
Riboflavin	1.5 mg	107**	0.97 mg	69**
Niacin	15.3 mg	96**	9.9 mg	62**
Vitamin B6	1.3 mg	93**	0.85 mg	61**
Folsäure	222 µg	111**	144 µg	72**
Vitamin B12	1.2 µg	48**	0.76 µg	30**
Biotin	46.3 µg	93**	30.1 µg	60**
Pantothensäure	2.8 mg	47**	1.8 mg	30**
Kalium	975 mg	49**	634 mg	32**
Calcium	490 mg	61**	318 mg	40**
Phosphor	762 mg	109**	495 mg	71**
Magnesium	205 mg	55**	133 mg	36**
Eisen	16.5 mg	118**	10.7 mg	76**
Zink	8.2 mg	82**	5.4 mg	54**
Kupfer	1.3 mg	130**	0.87 mg	87**
Mangan	1.6 mg	80**	1.0 mg	50**
Selen	54.8 µg	100**	35.6 µg	65**
Jod	75.3 µg	50**	48.9 µg	33**

Das Produkt enthält 1.5 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

LemonCrisp Riegel

Geschmacksrichtung Lemon

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Sojaweiß-Crispies (25.3%) (**Sojaweiß** (70.0%), Reisgrieß, **Sojamehl**, Salz), Fruktosesirup, Fructo-Oligosaccharide, weiße Joghurt Schokolade (9.2%) (Zucker, Kakaobutter, Mager**milch-Joghurt**pulver (20.3%), Voll**milch**pulver, Emulgator Lecithine)), **Sojaweiß-Isolat**, Verdickungsmittel (Gummi arabicum), **Hafer**-flocken, **Sojaöl**, Cornflakes (2.0%) (Maisgrieß, Dextrose, Salz), **Sojaweiß-Flakes** (2.0%) (texturiertes **Sojaweiß-Konzentrat**), Dikaliumphosphat, Sprü**h**ah**n**epulver, Aroma (enthält **Milcheiweiß**, **Laktose**), Säuerungsmittel (Citronensäure), Tri-Calciumphosphat, Zitronensaftpulver (0.5%) (Zitronensaft (10.0%), Glucose, Maltodextrin, Säuerungsmittel Citronensäure)), Zitronenschale gemahlen (0.4%), Magnesiumoxid, Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Vitamin E, Zinkoxid, Niacin, Vitamin A, Panto**th**ensäure, Mangan(II)-sulfat, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Folsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12 .

Kann Spuren von Ei und Schalenfrüchten enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100 g	%*, %NRV**	Pro Portion (65 g)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1463 kJ	17.4	951 kJ	11,3
Brennwert (kcal)	348 kcal	17.4	226 kcal	11,3
Fett	8.0 g	11.4	5.2 g	7,4
davon gesättigte Fettsäuren	3.4 g	17.0	2.2 g	11
Kohlenhydrate	36.1 g	13.9	23.4 g	9,0
davon Zucker	26.8 g	29.8	17.4 g	19,3
Ballaststoffe	13.5 g	-	8.7 g	-
Eiweiß	25.6 g	51.2	16.7 g	33,4
Salz	1.1 g	18.3	0.70 g	11,7
Vitamin A	455 µg	57**	296 µg	37**
Vitamin D3	2.5 µg	50**	1.6 µg	32**
Vitamin E	13.2 mg	110**	8.6 mg	72**
Vitamin K	54.9 µg	73**	35.7 µg	48**
Vitamin C	74.9 mg	94**	48.7 mg	61**
Thiamin	0.62 mg	56**	0.40 mg	36**
Riboflavin	0.80 mg	57**	0.52 mg	37**
Niacin	8.9 mg	56**	5.8 mg	36**
Vitamin B6	0.78 mg	56**	0.51 mg	36**
Folsäure	143 µg	72**	93.3 µg	47**
Vitamin B12	1.4 µg	56**	0.90 µg	36**
Biotin	35.5 µg	71**	23.0 µg	46**
Pantothensäure	3.3 mg	55**	2.2 mg	37**
Kalium	983 mg	49**	638 mg	32**
Calcium	448 mg	56**	291 mg	36**
Phosphor	751 mg	107**	488 mg	70**
Magnesium	205 mg	55**	133 mg	36**
Eisen	12.4 mg	89**	8.1 mg	58**
Zink	6.8 mg	68**	4.4 mg	44**
Kupfer	0.59 mg	59**	0.38 mg	38**
Mangan	1.2 mg	60**	0.80 mg	40**
Selen	49.5 µg	90**	32.2 µg	59**
Jod	109 µg	73**	71.4 µg	48**

Das Produkt enthält 1.9 g Linolsäure pro 100 g.

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)