

Vanille Shake

Geschmacksrichtung Vanille

ZUTATEN

precon
DIÄT & ERNÄHRUNG

Zutaten:

Milcheiweiß, Inulin, **Sojaöl**, Emulgatoren (E 322 (**Soja**), E 471), partiell hydrolysiertes Galactomannan, Aromen, Fructose, **Magermilchpulver**, Verdickungsmittel (E 412), Magnesiumcarbonat, Glukosesirup, Speisesalz, Farbstoff (E 160a), Trennmittel (E 551), Eisen-III-diphosphat, Ascorbinsäure, Stabilisator (E 451i), Süßungsmittel (E 951*, E 950), Zinkgluconat, D, L-alpha-Tocopherylacetat, Nicotinamid, Kupfergluconat, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Kaliumiodid, Natriumselenit, Phytomenadion, D-Biotin.

*Enthält Aspartam (eine Phenylalaninquelle).

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1573 kJ	19*	916 kJ	11*
Brennwert (kcal)	376 kcal	19*	218 kcal	11*
Fett	11.9 g	17*	7.2 g	10*
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	11*	3.2 g	16*
Kohlenhydrate	10 g	4*	16.4 g	6*
davon Zucker	7.6 g	8*	15.9 g	18*
Ballaststoffe	20.3 g	-	4.1 g	-
Eiweiß	46.8 g	94*	19.4 g	39*
Salz	0.8 g	14*	0.5 g	9*
Vitamin A	1028 µg	129**	245 µg	31**
Vitamin D	7.4 µg	148**	1.6 µg	31**
Vitamin E	18.1 mg	151**	3.7 mg	31**
Vitamin K	111.6 µg	149**	22.9 µg	31**
Vitamin C	99.9 mg	125**	25.1 mg	31**
Thiamin	1.2 mg	106**	0.4 mg	32**
Riboflavin	0.1 mg	10**	0.6 mg	41**
Niacin	26.2 mg	163**	5.5 mg	34**
Vitamin B6	1.7 mg	119**	0.5 mg	34**
Folsäure	239.2 µg	120**	61.4 µg	31**
Vitamin B12	1.4 µg	56**	1.5 µg	62**
Biotin	24.8 µg	50**	15.5 µg	31**
Pantothensäure	4.1 mg	68**	1.9 mg	32**
Kalium	288 mg	14**	523 mg	26**
Calcium	947 mg	118**	543 mg	68**
Phosphor	601 mg	86**	393 mg	56**
Magnesium	410 mg	109**	118 mg	31**
Eisen	23.8 mg	170**	4.9 mg	35**
Zink	9.9 mg	99**	3.1 mg	31**
Kupfer	1.5 mg	150**	0.3 mg	30**
Mangan	3.1 mg	155**	0.6 mg	30**
Selen	85.5 µg	156**	17.2 µg	31**
Jod	178.9 µg	119**	45.7 µg	30**

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

**Prozent der empfohlenen Referenzmenge (NRV=Nutrient Reference Values)