

# Nährwerte



## ManaBar Mark 8 Berries

**Nettoinhalt:** ein Riegel 50g  
28 Riegel (1400 g)  
**Portionsgröße:** 50 g  
**Brennwert:** 200 kcal / 835 kJ

### Makronährstoffprofil und Energieverhältnis:

Eiweiß: 11 g | 23 %  
Kohlenhydrate: 17 g | 34 %  
Fett: 9 g | 43 %

### Lagerung:

An einem trockenen Ort bei 25°C lagern.  
Vor Hitze und direkter Sonneneinstrahlung schützen.  
Nach dem Öffnen sofort verzehren.

### Passt zu:

vegetarischer, veganer und mediterraner Diät.  
Zuckerarme Diät.

### Ganz ohne:

GVO-frei, keine tierischen Produkte, keine zugesetzten Farbstoffe, keine Nüsse, keine Konservierungsstoffe, keine Dopingmittel, kein Palmöl.

Menge pro	100 g (1 Portion)	50 g	%* 1 Portion
<b>Fett</b>	18 g	9 g	13 %
davon gesättigte Fettsäuren	1,8 g	0,9 g	5 %
<b>Kohlenhydrate</b>	33 g	17 g	6 %
davon Zucker	3 g	1,5 g	1,7 %
davon mehrwertige Alkohole	6 g	3 g	-
<b>Ballaststoffe</b>	13 g	6,5 g	-
<b>Eiweiß</b>	22 g	11 g	22 %
Salz	0,6 g	0,3 g	5 %
<b>Vitamine und Mineralien</b>			<b>%** 1 Portion</b>
A   Retinol		118 µg	15 %
B1   Thiamin		0,2 mg	15 %
B2   Riboflavin		0,2 mg	15 %
B3   Niacin		2,4 mg	15 %
B5   Pantothensäure		1,1 mg	18 %
B6   Pyridoxin		0,2 mg	15 %
B7   Biotin		7,4 µg	15 %
B9   Folsäure		40,0 µg	20 %
B12   Kobalamin		0,78 µg	31 %
C   Ascorbinsäure		12,0 mg	15 %
Ca   Calcium		127 mg	16 %
Cr   Chrom		8 µg	20 %
D   Ergocalciferol, Cholecalciferol		0,74 µg	15 %
E   Tocopherole		1,8 mg	15 %
I   Jod		22,3 µg	15 %
K   Kalium		300 mg	15 %
K1   Phyllochinon		11 µg	15 %
Mg   Magnesium		57,3 mg	15 %
Se   Selen		8 µg	15 %
Zn   Zink		1,5 mg	15 %
Cholin		18,5 mg	-
L-Carnitin		20 mg	-
Taurin		20 mg	-

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

## Menge pro Portion (50 g)

**Ernährungsphysiologisch vollständige Inhaltsstoffe und Extrakte** 37 800 mg

Hafermehl, Maisfaser, Maltodextrin, Sojaproteinextrudat (Soja-eiweiß-Isolat), Leinsamen, Sojaeiweiß-Isolat, Rapsöl, Sonnenblumenkerne, Emulgator (Sonnenblumenlecithin), angereicherte schwarze Johannisbeere 2 %, schwarzes Johannisbeerkonzentrat 0,3 %, Heidelbeerkonzentrat 0,3 %.

**Präbiotika** 6 500 mg

Haferfasern (aus Hafermehl), Maisfasern, Flachs- und Sonnenblumenkerne Fasern.

**Bioaktive Wirkstoffe** 1 000 mg

Kalium (Kaliumcitrat, Kaliumchlorid), Salz (natürlich in Rohstoffen vorkommend), Calcium (Calciumcarbonat), Magnesium (Magnesiumoxid), Zink (Zinkgluconat), Jod (Kaliumjodat), Vitamin A (Retinolacetat), Vitamin B1 | Thiamin (Thiaminhydrochlorid), Vitamin B2 (Riboflavin), Vitamin B3 | Niacin (Nikotinamid), Vitamin B5 | Pantothensäure (Calcium-D-Pantothenat), Vitamin B6 (Pyridoxinhydrochlorid), Vitamin B7 (Biotin), Vitamin B9 (Folsäure), Vitamin B12 | Cobalamin (Cyanocobalamin), Vitamin C (Ascorbinsäure, Ascorbylpalmitat), Vitamin D2 (Ergocalciferol), Vitamin D3 aus Meeresalgen (Cholecalciferol), Vitamin E (dl-α-Tocopherylacetat), Vitamin K1 (Phyllochinon), Vitamin B8 | Cholin (Cholinbitartrat), Selen (Selen-angereicherte Hefe), L-Carnitin, Taurin.

**Phytonährstoffe\*\*\*** 400 mg

Ferulasäure, Daidzin, Glycitin, Genistin, Daidzein, Glycitein, Genistein, Beta-Carotin, Lutein, Zeaxanthin, Avenanthramide, Syringaresinol, Pinoresinol, Lariciresinol, Beta-Sitosterin, Campesterin, Brassicasterin, Delta-5-Avenasterin, Chlorosterin, Stigmasterin, 24-Methylencholesterin, Delta-7-Campesterol, Delta-5,24-Stigmastadienol, Sitostanol, Delta-7-Stigmastenol, Campestanol, Delta-7-Avenasterol, Phosphatidylcholin, Phosphatidylethanolamin, Phosphatidylserin, Anthocyane (aus schwarzen Johannisbeeren und Blaubeeren).

\*\*\*Natürlich vorkommende Phytonährstoffe in pflanzlichen Inhaltsstoffen und Extrakten.

**Sonstige Inhaltsstoffe** 4 300 mg

Maltitol (Süßungsmittel), Glycerin (Feuchthaltemittel), Aroma, Sucralose (Süßungsmittel).