

Nährwerte



ManaPowder Mark 8 Berries

Nettoinhalt: 7 x 430 g Beutel (3010 g)
35 Portionen pro Packung
5 Portionen pro Beutel
Portionsgröße: 86 g
Brennwert: 400 kcal / 1674 kJ

Makronährstoffprofil und Energieverhältnis:

Eiweiß: 21 g | 22 %
Kohlenhydrate: 33 g | 34 %
Fett: 19 g | 44 %

Zubereitung: Für 1 Portion benötigen Sie 86 g Pulver (2 Mana™ Messlöffel oder 5 gehäufte Esslöffel) und 300 ml Wasser. In einer geschlossenen Flasche schütteln oder im Mixer zubereiten.

Lagerung: Vor Hitze und direkter Sonneneinstrahlung schützen. Nach dem Öffnen innerhalb eines Monats verbrauchen. Mit Wasser vermischt, sollte es innerhalb weniger Stunden verzehrt werden, oder, wenn gekühlt, innerhalb von 24 Stunden. Vor dem Verzehr erneut schütteln.

Passt zu:

Vegetarischer, veganer und mediterraner Diät. Glykämischer Index 29, Insulinämischer Index 41.

Ganz ohne:

GVO-frei, laktosefrei, keine tierischen Produkte, keine zugesetzten Farbstoffe, keine Nüsse, keine Konservierungsstoffe, keine Dopingmittel

Menge pro	100 g	86 g (1 Portion)	%*
Fett	22 g	19 g	27 %
davon gesättigte Fettsäuren	2,3 g	2 g	10 %
Kohlenhydrate	38,6 g	33 g	13 %
davon Zucker	9,7 g	8 g	9 %
Ballaststoffe	6,7 g	6 g	-
Eiweiß	25 g	21 g	43 %
Salz	1 g	0,9 g	15 %
Vitamine und Mineralien		%**	
		1 Portion	
A Retinol	160 µg	20 %	
B1 Thiamin	0,3 mg	27 %	
B2 Riboflavin	0,3 mg	21 %	
B3 Niacin	4,0 mg	25 %	
B5 Pantothensäure	2,1 mg	35 %	
B6 Pyridoxin	0,31 mg	22 %	
B7 Biotin	11 µg	22 %	
B9 Folsäure	80,0 µg	40 %	
B12 Kobalamin	2,2 µg	88 %	
C Ascorbinsäure	20 mg	25 %	
Ca Calcium	200 mg	25 %	
Cr Chrom	8 µg	20%	
D Ergocalciferol, Cholecalciferol	3,0 µg	60 %	
E Tocopherole	4,0 mg	33 %	
I Jod	36,0 µg	24 %	
K Kalium	700 mg	35 %	
K1 Phyllochinon	15 µg	20 %	
Mg Magnesium	75,0 mg	20 %	
Se Selen	12 µg	22%	
Zn Zink	2,8 mg	28 %	
Cholin	90 mg	-	
L-Carnitin	100 mg	-	
Taurin	100 mg	-	

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

Menge pro Portion (86 g)

Ernährungsphysiologisch vollständige Inhaltsstoffe und Extrakte

78 730 mg

Proteine (Sojaweiß-Isolat, Erbsenproteinisolat, Haferprotein, Naturreisprotein, Kürbiskernprotein, Chlorella), Maltodextrin, Haferfaser, Isomaltulose (ist eine Glukose- und Fruktosequelle), Mischung von Ölen (Rapsöl, Mittelkettiges Triglycerid Öl aus Kokosöl mit C8-Caprylsäure, Öl aus der Mikroalge *Schizochytrium sp.*, Sonnenblumenöl, Haferöl, Leinöl), Emulgator (Sojalecithin), Kombucha (lyophilisiertes Pulver), Konzentrat (Karotte und Hibiskus), Konzentrat (Rote Beete).

Präbiotika

3 970 mg

Haferfaser (Beta-Glucane), Inulin aus Chicorée (Fructooligosaccharide FOS), Möhrenfaser, Füllstoff (Gummi arabicum (löslicher Ballaststoff), Xanthan (löslicher Ballaststoff).

Bioaktive Wirkstoffe

2 710 mg

Kalium (Kaliumcitrat, Kaliumchlorid), Salz (Natriumchlorid), 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 (Selenangereicherte Hefe), Chrom (Chrompicolinat), L-Carnitin, Taurin, gemischte Tocopherole.

Phytonährstoffe***

830 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 Karotte und Hibiskus), Betalain (aus Roter Bete).

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

Sonstige Inhaltsstoffe

50 mg

Süßungsmittel (Sucralose), Aroma, Säureregulator (Zitronensäure).