

**Gélule de jour**

Nutriment	1 gélule*	VNR**
Biotine	50 µg	100 %
Iode	150 µg	100 %
Magnésium	187,5 mg	50 %
Manganèse	2 mg	100 %
Molybdène	50 µg	100 %
Sélénium	50 µg	100 %
Vitamine A	800 µg	100 %
Vitamine B12	2,5 µg	100 %
Vitamine B3	16 mg	100 %
Vitamine B5	6 mg	100 %
Vitamine C	40 mg	50 %
Vitamine E	12 mg	100 %
Zinc	10 mg	100 %

Gélule de nuit

Nutriment	1 gélule*	VNR**
Calcium	200 mg	25 %
Chrome	40 µg	100 %
Acide folique	200 µg	100 %
Cuivre	1 mg	100 %
Vitamine B1	1,1 mg	100 %
Vitamine B2	1,4 mg	100 %
Vitamine B6	1,4 mg	100 %
Vitamine C	40 mg	50 %
Vitamine D3	5 µg	100 %
Vitamine K2	75 µg	100 %

* Dose journalière recommandée

** Part des valeurs nutritionnelles recommandées