

Kapsel für den Tag

Nährstoff	1 Kapsel ¹	NRV ²
Vitamin A	800 µg	100 %
aus Beta-Carotin (4,8 mg)	–	–
Vitamin B1	1,1 mg	100 %
Vitamin B2	1,4 mg	100 %
Niacin	16 mg	100 %
Pantothensäure	6,0 mg	100 %
Vitamin B6	1,4 mg	100 %
Biotin	50 µg	100 %
Folsäure	200 µg	100 %
Vitamin B12	2,5 µg	100 %
Vitamin C	80 mg	100 %
Vitamin E	12 mg	100 %
Jod	150 µg	100 %
Magnesium	123 mg	33 %
Molybdän	50 µg	100 %
Selen	55 µg	100 %
Zink	5,0 mg	50 %

Kapsel für die Nacht

Nährstoff	1 Kapsel ¹	NRV ²
Vitamin D	5,0 µg	100 %
Vitamin K	75 µg	100 %
Calcium	174 mg	22 %
Chrom	40 µg	100 %
Kupfer	1,0 mg	100 %
Magnesium	75 mg	20 %
Mangan	2,0 mg	100 %

¹ angegebene tägliche Verzehrmenge

² Anteil an der Nährstoffreferenzmenge