

INNGREEN DIÄTRIGEL

KIRSCH MANDEL



DAS IST DRINNEN!

INNGREEN Diätiegel | **Getrocknete Sauerkirschen und Honigmandeln mit Joghurt**

Tagesration für eine gewichtskontrollierende Ernährung | Tagesration = 5 Stück à 50g

Zutaten: Reisprotein-Konzentrat, Reissirup, geröstete **Mandeln** ganz mit Honig (9,0 %) (**Mandeln**, Zucker, pflanzliches Öl (Raps/Distel), Honig, Salz, Maltodextrin), Reissirup, **Molkeneiweiß**-Konzentrat, getrocknete Sauerkirschen (8,2 %) (getrocknete Sauerkirschen (74,5 %), Zucker, Sonnenblumenöl), **Haferflocken**, Reiscrispy (Reismehl, **Weizenmehl**, Zucker, Salz, Backtriebmittel (Natriumhydrogencarbonat), **Gerstenmalz**), Kürbiskernprotein, Agavendicksaft, Füllstoff (Polydextrose), Sonnenblumenöl, Kaliumcitrat, Cranberrystücke, Quinoa, **Joghurt**pulver (1,4 %), Aroma, Feuchthaltemittel (Glycerin), Tri-Calciumphosphat, Säuerungsmittel (Citronensäure), Speisesalz, Natriumhydrogencarbonat, Maltodextrin, Acerolapulver (Acerola Fruchtpulver (16,0 %)), Maltodextrin, L-Ascorbinsäure, L-Ascorbinsäure, Emulgator (Sonnenblumenlecithin), Eisendiphosphat, D-alpha Tocopherylacetat, Nicotinamid, Antioxidationsmittel (DL-alpha Tocopherol), Zinkoxid, Calcium-D-pantothenat, Mangansulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

NÄHRWERTE	Pro 100g	Pro 50g Riegel	Tagesration	%**
Energie	1589 kJ	794kJ	3972 kJ	47
	377 kcal	188 kcal	944 kcal	47
Fett	11,7 g	5,8 g	29,2 g	42
• davon gesättigte Fettsäuren	2,2 g	1,0 g	5,2 g	26
• davon einfach ungesättigte Fettsäuren	5,2 g	2,6 g	12,9 g	
• davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	4,3 g	2,1 g	10,7 g	
Kohlenhydrate	39,6 g	19,8 g	99,1 g	37
• davon Zucker	21,1 g	10,0 g	52,8 g	58
• davon mehrwertige Alkohole	1,0 g	0,5 g	2,6 g	
Ballaststoffe	7,3 g	3,7 g	18,2 g	
Eiweiß	24,2 g	12,1 g	60,5 g	121
Salz	0,74 g	0,37 g	1,9 g	32
Linolsäure	2,2 g	1,1 g	5,6 g	
Broteinheiten	3,3 BE	1,65 BE	8,25 BE	

*Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen / NRV = % Nährstoffbezugswerte (nach VO (EG) Nr. 1169/2011

VITAMINE	Pro 100g	% NRV*	Pro 50g Riegel	% NRV*	Tages-ration	% NRV*
Vitamin A (RE)	288 µg	36	144 µg	18	720 µg	90
Vitamin D	2,6 µg	52	1,3 µg	26	6,4 µg	128
Vitamin E (TE)	10,2 mg	85	5,1 mg	43	25,6 mg	213
Vitamin C	22,4 mg	28	11,2 mg	14	56,1 mg	70
Vitamin B1	0,69 mg	63	0,34 mg	31	1,7 mg	155
Vitamin B2	0,86mg	61	0,43 mg	31	2,2 mg	157
Niacin (NE)	12,0 mg	75	6,0 mg	38	29,9 mg	187
Vitamin B6	0,75 mg	54	0,38 mg	27	1,9 mg	136
Folsäure	154 µg	77	77,1 µg	39	385 µg	193
Vitamin B12	1,8 µg	72	0,92 µ	37	4,6 µg	184
Biotin	22,4 µg	45	11,2 µ	22	56,0 µg	112
Pantothensäure	1,6 mg	27	0,78 mg	13	3,9 mg	65

MINERALSTOFFE	Pro 100g	% NRV*	Pro 50g Riegel	% NRV*	Tages-ration	% NRV*
Calcium	312 mg	39	156 mg	20	780 mg	98
Phosphor	428 mg	61	214 mg	31	1071 mg	153
Kalium	1452 mg	73	726 mg	36	3630 mg	182
Eisen	9,5 mg	68	4,8 mg	34	23,8 mg	170
Zink	6,3 mg	63	3,2 mg	32	15,8 mg	158
Kupfer	0,82 mg	82	0,41 mg	41	2,1 mg	210
Jod	56,0 µg	37	28,0 µg	19	140 µg	93
Selen	39,3 µg	71	19,6 µg	36	98,2 µg	179
Magnesium	113 mg	30	56,8 mg	15	284 mg	76
Mangan	1,7 mg	85	0,83 mg	42	4,1 mg	205
Natrium	296 mg		148 mg		740 mg	

AMINOSÄURENPROFIL Pro 100g Eiweiß

L-Alanin	5,17 g
L-Arginin	8,08 g
L-Asparaginsäure	9,80 g
L-Cystein	2,02 g
L-Glutaminsäure	17,77 g
L-Glycin	3,94 g
L-Histidin	2,08 g
L-Isoleucin	5,07 g
L-Leucin	8,88 g
L-Lysin	5,09 g
L-Methionin	2,22 g
L-Phenylalanin	4,76 g
L-Prolin	4,83 g
L-Serin	4,61 g
L-Threonin	4,30 g
L-Tryptophan	1,58 g
L-Tyrosin	3,89 g
L-Valin	5,92 g



Dieses Produkt enthält alle für einen Tag erforderlichen Nährstoffe in angemessener Menge.

Trinken Sie täglich 2-3 Liter Wasser, Tee oder INNGREEN Bio Gemüsebrühe. Nicht länger als 3

Spuren von Hühnerei-Eiweiß und Soja können nicht ausgeschlossen werden.

Kühl und trocken lagern.

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Prägung

INNGREEN GMBH

Adamgasse 16 I 6020 INNSBRUCK I WWW.INNGREEN.COM