

Nährwerte & Zutaten

Shakes



Vanille Shake	02
Schoko Shake	03
Cappuccino Shake	04
Himbeer-Joghurt Shake	05
Lemon-Joghurt Shake	06
Erdbeer Shake	07
Banane Shake	08
Cocos Shake	09

Vanille Shake

Geschmacksrichtung Vanille

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Konzentrat, **Milcheiweiss**, Inulin, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), raffiniertes **Soja**öl, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**), Maltodextrin, Dikaliumphosphat, Aroma, Mager**milch**pulver, Glukosesirup, Magnesiumoxid, Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, Vitamin C, Vanilleschotenpulver (0.1%), Eisen(II)-sulfat, Süßungsmittel (Aspartam*, Acesulfam K), Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Niacin, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Antioxidationsmittel (Alpha-Tocopherol), Pantothensäure, Farbstoff (Carotin), Vitamin B2, Vitamin B6, Vitamin B1, Vitamin A, Folsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12. Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

*Enthält eine Phenylalaninquelle

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1468 kJ	18*	886 kJ	11*
Brennwert (kcal)	351 kcal	18*	211 kcal	11*
Fett	9.3 g	13*	6.4 g	9*
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	11*	3.7 g	19*
Kohlenhydrate	10.5 g	4*	16.5 g	6*
davon Zucker	5.5 g	6*	15.5 g	17*
Ballaststoffe	22.1 g	-	4.4 g	-
Eiweiss	44.8 g	90*	19.1 g	38*
Salz	0.49 g	8*	0.45 g	8*
Vitamin A	1843 µg	230**	410 µg	51**
Vitamin D3	9.3 µg	186**	2.0 µg	40**
Vitamin E	20.6 mg	172**	4.2 mg	35**
Vitamin K	132 µg	177**	26.6 µg	35**
Vitamin C	132 mg	166**	31.7 mg	40**
Thiamin	1.8 mg	164**	0.48 mg	44**
Riboflavin	2.7 mg	193**	1.1 mg	79**
Niacin	26.6 mg	166**	5.6 mg	35**
Vitamin B6	2.3 mg	164**	0.6 mg	43**
Folsäure	358 µg	179**	95.9 µg	48**
Vitamin B12	6.7 µg	268**	2.6 µg	104**
Biotin	84.9 µg	170**	29 µg	58**
Pantothensäure	10.1 mg	168**	3.1 mg	52**
Kalium	1386 mg	69**	742 mg	37**
Calcium	1052 mg	132**	564 mg	71**
Phosphor	1198 mg	171**	512 mg	73**
Magnesium	397 mg	106**	115 mg	31**
Eisen	22.9 mg	164**	4.7 mg	34**
Zink	16.6 mg	166**	4.6 mg	46**
Kupfer	1.7 mg	170**	0.37 mg	37**
Mangan	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Selen	115 µg	211**	32.2 µg	59**
Jod	234 µg	156**	81.9 µg	55**

Das Produkt enthält 4.6 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Schoko Shake

Geschmacksrichtung Schoko

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Konzentrat, **Milcheiweiss**, Inulin, stark entöltes Kakaopulver (5.7%), raffiniertes **Sojaöl**, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Maltodextrin, Mager**milch**pulver, Dikaliumphosphat, Aroma, Glukosesirup, Magnesiumoxid, Speisesalz, Trennmittel (Siliciumdioxid), Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Süßungsmittel (Aspartam*, Acesulfam K), Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Niacin, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Vitamin A, Pantothensäure, Antioxidationsmittel (Alpha-Tocopherol), Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Folsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12
Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

*Enthält eine Phenylalaninquelle

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1512 kJ	18	895 kJ	11
Brennwert (kcal)	361 kcal	18	213 kcal	11
Fett	10.5 g	15	6.6 g	9
davon gesättigte Fettsäuren	2.5 g	13	3.7 g	19
Kohlenhydrate	9.7 g	4	16.3 g	6
davon Zucker	5.5 g	6	15.5 g	17
Ballaststoffe	19.4 g	-	3.9 g	-
Eiweiss	46.9 g	94	19.6 g	39
Salz	0.51 g	9	0.45 g	8
Vitamin A	1313 µg	164**	304 µg	38**
Vitamin D3	9.3 µg	186**	2.0 µg	40**
Vitamin E	20.4 mg	170**	4.2 mg	35**
Vitamin K	132 µg	177**	26.6 µg	35**
Vitamin C	131 mg	164**	31.4 mg	39**
Thiamin	1.9 mg	173**	0.48 mg	44**
Riboflavin	2.8 mg	200**	1.1 mg	79**
Niacin	26.4 mg	165**	5.5 mg	34**
Vitamin B6	2.4 mg	171**	0.62 mg	44**
Folsäure	359 µg	180**	95.8 µg	48**
Vitamin B12	6.7 µg	268**	2.6 µg	104**
Biotin	85.2 µg	170**	29 µg	58**
Pantothensäure	10.2 mg	170**	3.1 mg	52**
Kalium	1586 mg	79**	782 mg	39**
Calcium	1057 mg	132**	565 mg	71**
Phosphor	1241 mg	177**	521 mg	74**
Magnesium	415 mg	111**	119 mg	32**
Eisen	24.7 mg	176**	5.1 mg	36**
Zink	17 mg	170**	4.7 mg	47**
Kupfer	1.9 mg	190**	0.41 mg	41**
Mangan	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Selen	115 µg	211**	32.2 µg	59**
Jod	236 µg	158**	82.4 µg	55**

Das Produkt enthält 4.6 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Cappuccino Shake

Geschmacksrichtung Cappuccino

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Konzentrat, Inulin, **Milcheiweiss**, Kaffeebohnen-Extrakt (Coffea canephora) (5.5%), raffiniertes **Soja**öl, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Dikaliumphosphat, Mager-**milch**pulver, Glukosesirup, Magnesiumoxid, Trennmittel (Siliciumdioxid), Aroma (enthält Laktose), Speisesalz, Vitamin C, Eisen(II)-sulfat, Karamell (Karamellzuckersirup, Maltodextrin), Süssungsmittel (Sucralose, Acesulfam K), Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Niacin, Kupfer(II)-gluconat, Vitamin E, Vitamin A, Pantothensäure, Antioxidationsmittel (Alpha-Tocopherol), Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Folsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12.
Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1412 kJ	17*	875 kJ	10*
Brennwert (kcal)	337 kcal	17*	208 kcal	10*
Fett	9.3 g	13*	6.4 g	9*
davon gesättigte Fettsäuren	2.2 g	11*	3.7 g	19*
Kohlenhydrate	7.2 g	3*	15.8 g	6*
davon Zucker	5.3 g	6*	15.5 g	17*
Ballaststoffe	21.4 g	-	4.3 g	-
Eiweiss	45.5 g	91*	19.3 g	39*
Salz	0.49 g	8*	0.45 g	8*
Vitamin A	1312 µg	164**	304 µg	38**
Vitamin D3	9.3 µg	186**	2.0 µg	40**
Vitamin E	22.1 mg	184**	4.5 mg	38**
Vitamin K	132 µg	177**	26.6 µg	35**
Vitamin C	131 mg	164**	31.4 mg	39**
Thiamin	1.8 mg	164**	0.48 mg	44**
Riboflavin	2.7 mg	193**	1.1 mg	79**
Niacin	26.3 mg	164**	5.5 mg	34**
Vitamin B6	2.3 mg	164**	0.6 mg	43**
Folsäure	359 µg	180**	96 µg	48**
Vitamin B12	6.8 µg	272**	2.6 µg	104**
Biotin	84.9 µg	170**	29 µg	58**
Pantothensäure	10.1 mg	168**	3.1 mg	52**
Kalium	1376 mg	69**	740 mg	37**
Calcium	1054 mg	132**	564 mg	71**
Phosphor	1198 mg	171**	512 mg	73**
Magnesium	411 mg	110**	118 mg	32**
Eisen	22.7 mg	162**	4.7 mg	34**
Zink	18.4 mg	184**	5.0 mg	50**
Kupfer	1.7 mg	170**	0.37 mg	37**
Mangan	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Selen	116 µg	211**	32.2 µg	59**
Jod	234 µg	156**	82 µg	55**

Das Produkt enthält 4.6 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Himbeer-Joghurt Shake

Geschmacksrichtung Himbeer-Joghurt

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Konzentrat, **Milcheiweiss**, Inulin, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), **Sojaöl**, Emulgator (**Soja-Lecithin**), Kaliumphosphat, Aroma, Mager**milch**pulver, Maltodextrin, Glukosesirup, Magnesiumoxid, färbendes Lebensmittel (Rote Bete Pulver), Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, L-Ascorbinsäure, Eisen(II)-Sulfat, Süßungsmittel (Acesulfam K, Sucralose), Nicotinamid, D-alpha-Tocopherylacetat, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Mangan(II)-sulfat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Phyllochinon, D-Biotin, Natriumjodid, Natriumselenit, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1500 kJ	17.9	893 kJ	10.6
Brennwert (kcal)	358 kcal	17.9	212 kcal	10.6
Fett	9.7 g	13.9	6.5 g	9.3
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	10.5	3.7 g	5.3
Kohlenhydrate	8.2 g	3.2	16.0 g	6.2
davon Zucker	5.7 g	6.3	15.5 g	17.2
Ballaststoffe	22.0 g		4.4 g	
Eiweiss	48.4 g	96.8	19.9 g	39.8
Salz	0.52 g	8.6	0.46 g	7.6
Vitamin A	1204 µg	151	282 µg	35
Vitamin D3	8.8 µg	176	1.8 µg	36
Vitamin E	31.0 mg	258	6.3 mg	53
Vitamin K	127 µg	170	25.5 µg	34
Vitamin C	145 mg	182	34.2 mg	43
Thiamin	1.7 mg	155	0.45 mg	41
Riboflavin	2.5 mg	179	1.0 mg	71
Niacin	24.2 mg	151	5.1 mg	32
Vitamin B6	2.2 mg	157	0.58 mg	41
Folsäure	333 µg	167	90.7 µg	45
Vitamin B12	6.3 µg	252	2.5 µg	100
Biotin	76.9 µg	154	27.4 µg	55
Pantothensäure	9.1 mg	152	2.9 mg	48
Kalium	1392 mg	70	743 mg	37
Calcium	1263 mg	158	606 mg	76
Phosphor	1304 mg	186	533 mg	76
Magnesium	387 mg	103	113 mg	30
Eisen	22.6 mg	161	4.7 mg	34
Zink	8.9 mg	89	3.1 mg	31
Kupfer	1.5 mg	150	0.32 mg	32
Mangan	3.9 mg	195	0.78 mg	39
Selen	45.0 µg	82	18.0 µg	33
Jod	66.8 µg	45	48.5 µg	32

Das Produkt enthält 4.6 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Lemon-Joghurt Shake

Geschmacksrichtung Lemon-Joghurt

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheisweiss-Konzentrat, **Milch**eisweiss, Inulin, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), **Soja**öl, Emulgator (**Soja**-Lecithin), Aroma, Kaliumphosphat, Fruktose, Mager**milch**pulver, Maltodextrin, Glukosesirup, Magnesiumoxid, Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, Säuerungsmittel (Citronensäure), L-Ascorbinsäure, Eisen(II)-Sulfat, Süßungsmittel (Sucralose, Acesulfam K), Nicotinamid, D-alpha-Tocopherylacetat, Zinkoxid, Kupfer(II)-gluconat, Mangan(II)-sulfat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Farbstoff (Beta-Carotin), Pteroylmonoglutaminsäure, Phyllochinon, D-Biotin, Natriumjodid, Natriumselenit, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1500 kJ	17.9	893 kJ	10.6
Brennwert (kcal)	358 kcal	17.9	212 kcal	10.6
Fett	9.6 g	13.7	6.4 g	9.1
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	10.5	3.6 g	18
Kohlenhydrate	10.5 g	4.0	16.5 g	6.3
davon Zucker	6.9 g	7.8	15.8 g	17.6
Ballaststoffe	22.0 g	-	4.4 g	-
Eiweiss	46.1 g	92.2	19.4 g	38.8
Salz	0.51 g	8.5	0.45 g	7.5
Vitamin A	1371 µg	171	316 µg	40
Vitamin D3	8.8 µg	176	1.8 µg	36
Vitamin E	31.1 mg	259	6.3 mg	53
Vitamin K	127 µg	170	25.5 µg	34
Vitamin C	146 mg	183	34.3 mg	43
Thiamin	1.7 mg	155	0.45 mg	41
Riboflavin	2.5 mg	179	1.0 mg	71
Niacin	24.1 mg	151	5.1 mg	32
Vitamin B6	2.2 mg	157	0.57 mg	41
Folsäure	331 µg	166	90.2 µg	45
Vitamin B12	6.2 µg	248	2.5 µg	100
Biotin	76.9 µg	154	27.4 µg	55
Pantothensäure	9.1 mg	152	2.9 mg	48
Kalium	1375 mg	69	740 mg	37
Calcium	1188 mg	149	591 mg	74
Phosphor	1260 mg	180	525 mg	75
Magnesium	387 mg	102	113 mg	30
Eisen	22.6 mg	161	4.7 mg	34
Zink	8.9 mg	89	3.1 mg	31
Kupfer	1.5 mg	150	0.32 mg	32
Mangan	3.2 mg	160	0.65 mg	33
Selen	44.2 µg	80	17.8 µg	32
Jod	66.2 µg	44	48.3 µg	32

Das Produkt enthält 4.6 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Erdbeer Shake

Geschmacksrichtung Erdbeer

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Isolat, Mais-Dextrin, Milcheiweiss, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Sojaöl, Maltodextrin, Emulgator (Soja-Lecithin), Magermilchpulver, Aroma (enthält Laktose), Magnesiumoxid, färbendes Lebensmittel (Rote Bete Pulver), Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, L-Ascorbinsäure, Eisen(II)-Sulfat, Säuerungsmittel (Citronensäure), Süßungsmittel (Acesulfam K, Sucralose), Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, Kupfer(II)-gluconat, D-alpha-Tocopherylacetat, Calcium-D-pantothenat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, Phyllochinon, D-Biotin, Natriumjodid, Cholecalciferol, Cyanocobalamin. Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1533 kJ	18*	899 kJ	11*
Brennwert (kcal)	366 kcal	18*	214 kcal	11*
Fett	9.5 g	14*	6.4 g	9*
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	11*	3.7 g	19*
Kohlenhydrate	12 g	5*	16.8 g	6*
davon Zucker	4.3 g	5*	15.3 g	17*
Ballaststoffe	20.8 g	-	4.2 g	-
Eiweiss	47.4 g	95*	19.7 g	39*
Salz	0.45 g	8*	0.44 g	7*
Vitamin A	1108 µg	139**	263 µg	33**
Vitamin D3	12.3 µg	246**	2.5 µg	50**
Vitamin E	24.4 mg	203**	5 mg	42**
Vitamin K	118 µg	158**	23.7 µg	32**
Vitamin C	144 mg	180**	33.9 mg	42**
Thiamin	1.6 mg	145**	0.42 mg	38**
Riboflavin	2.4 mg	171**	1 mg	71**
Niacin	24.2 mg	151**	5.1 mg	32**
Vitamin B6	2.0 mg	143**	0.54 mg	39**
Folsäure	310 µg	155**	86.1 µg	43**
Vitamin B12	6.2 µg	248**	2.5 µg	100**
Biotin	70.2 µg	140**	26 µg	52**
Pantothensäure	8.6 mg	143**	2.8 mg	47**
Kalium	308 mg	15**	526 mg	26**
Calcium	1333 mg	167**	620 mg	78**
Phosphor	916 mg	131**	456 mg	65**
Magnesium	575 mg	153**	151 mg	40**
Eisen	21.2 mg	151**	4.4 mg	31**
Zink	12.3 mg	123**	3.7 mg	37**
Kupfer	1.6 mg	160**	0.35 mg	35**
Mangan	4.6 mg	230**	0.93 mg	47**
Selen	116 µg	211**	32.3 µg	59**
Jod	60.4 µg	40**	47.2 µg	31**

Das Produkt enthält 4.7 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Banane Shake

Geschmacksrichtung Banane

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Isolat, Milcheiweiss, Inulin, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Sojaöl, Emulgator (Soja-Lecithin), Kaliumphosphat, Fruktose, Magermilchpulver, Glukosesirup, Aroma (enthält Laktose), Maltodextrin, Magnesiumoxid, Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, Säuerungsmittel (L(+)-Weinsäure), Süßungsmittel (Acesulfam K), Eisen(II)-Sulfat, L-Ascorbinsäure, Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, Kupfer(II)-gluconat, D-alpha-Tocopherylacetat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Farbstoff (Beta-Carotin), Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Phyllochinon, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1498 kJ	18*	892 kJ	11*
Brennwert (kcal)	357 kcal	18*	212 kcal	11*
Fett	9.6 g	14*	6.4g	9*
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	11*	3.7 g	19*
Kohlenhydrate	8.8 g	3*	16.2 g	6*
davon Zucker	6.8 g	8*	15.8 g	18*
Ballaststoffe	21 g	-	4.2 g	-
Eiweiss	48.3 g	97*	19.8 g	40*
Salz	0.52 g	9*	0.46 g	8*
Vitamin A	1690 µg	211**	380 µg	48**
Vitamin D3	7.3 µg	146**	1.5 µg	30**
Vitamin E	24.6 mg	205**	5 mg	42**
Vitamin K	344 µg	460**	69 µg	92**
Vitamin C	102 mg	128**	25.6mg	32**
Thiamin	1.9 mg	173**	0.49 mg	45**
Riboflavin	3 mg	214**	1.1 mg	79**
Niacin	24.7 mg	154**	5.2 mg	33**
Vitamin B6	2.1 mg	150**	0.56 mg	40**
Folsäure	340 µg	170**	92.1 µg	46**
Vitamin B12	4.4 µg	176**	2.1 µg	84**
Biotin	64.5 µg	129**	24.9 µg	50**
Pantothensäure	4.5 mg	75**	1.9 mg	32**
Kalium	1405 mg	70**	746 mg	37**
Calcium	1236 mg	155**	601 mg	75**
Phosphor	1306 mg	187**	534 mg	76**
Magnesium	392 mg	105**	114 mg	31**
Eisen	21.5 mg	154**	4.4 mg	31**
Zink	15.7 mg	157**	4.4mg	44**
Kupfer	1.6 mg	160**	0.35 mg	35**
Mangan	4.6 mg	230**	0.93 mg	47**
Selen	104 µg	191**	30 µg	55**
Jod	223 µg	149**	79.9 µg	53**

Das Produkt enthält 4.7 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)

Cocos Shake

Geschmacksrichtung Cocos

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheiweiss-Konzentrat, Inulin, **Milcheiweiss**, **Sojaöl**, Emulgator (**Soja-Lecithin**), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Kaliumphosphat, Aroma, Mager**milch**pulver, Glukosesirup, Magnesiumoxid, Trennmittel (Siliciumdioxid), Speisesalz, Eisen(II)-Sulfat, L-Ascorbinsäure, Süßungsmittel (Sucralose, Acesulfam K), Zinkoxid, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, Kupfer(II)-gluconat, D-alpha-Tocopherylacetat, Calcium-D-pantothenat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumjodid, Natriumselenit, Phyllochinon, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1474 kJ	17.5*	888 kJ	10.6*
Brennwert (kcal)	352 kcal	17.5*	211 kcal	10.6*
Fett	9.8 g	14.1*	6.5 g	9.3*
davon gesättigte Fettsäuren	2.2 g	11*	3.7 g	18.5*
Kohlenhydrate	7.1 g	2.7*	15.8 g	6.1*
davon Zucker	5.9 g	6.6*	15.6 g	17.3*
Ballaststoffe	24.8 g	-	5.0 g	-
Eiweiss	46.2 g	92.4*	19.4 g	38.8*
Salz	0.55 g	9.2*	0.46 g	7.7*
Vitamin A	1082 µg	135**	258 µg	32**
Vitamin D3	7.3 µg	146**	1.5 µg	30**
Vitamin E	24.5 mg	204**	5.0 mg	42**
Vitamin K	117 µg	156**	23.4 µg	31**
Vitamin C	100 mg	125**	25.1 mg	31**
Thiamin	1.5 mg	136**	0.41 mg	37**
Riboflavin	2.2 mg	157**	0.98 mg	70**
Niacin	23.7 mg	148**	5.0 mg	31**
Vitamin B6	1.9 mg	136**	0.53 mg	38**
Folsäure	298 µg	149**	83.6 µg	42**
Vitamin B12	5.3 µg	212**	2.3 µg	92**
Biotin	71.3 µg	143**	26.3 µg	53**
Pantothensäure	8.3 mg	138**	2.7 mg	45**
Kalium	1370 mg	69**	739 mg	37**
Calcium	1038 mg	130**	561 mg	70**
Phosphor	1166 mg	167**	506 mg	72**
Magnesium	387 mg	103**	113 mg	30**
Eisen	23.2 mg	166**	4.8 mg	34**
Zink	18.3 mg	183**	5.0 mg	50**
Kupfer	1.6 mg	160**	0.35 mg	35**
Mangan	4.6 mg	230**	0.93 mg	47**
Selen	119 µg	218**	33.0 µg	60**
Jod	242 µg	162**	83.6 µg	56**

Das Produkt enthält 4.7 g Linolsäure pro 100 g.

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

**NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EU) Nr. 1169/2011)