

Banane Shake

Geschmacksrichtung Banane

ZUTATEN

precon
DIÄT & ERNÄHRUNG

Zutaten:

Milcheiweiß, Inulin, **Sojaöl**, Emulgatoren (E 322 (**Soja**), E 471), partiell hydrolysiertes Galactomannan, Fructose, Verdickungsmittel (E 412), Magnesiumcarbonat, Aromen, Glukosesirup, **Magermilchpulver**, Speisesalz, Farbstoff (E 160a), Trennmittel (E 551), Eisen-III-diphosphat, Ascorbinsäure, Stabilisator (E 451i), Süßungsmittel (E 950, E 951*), Zinkgluconat, D, L-alpha-Tocopherylacetat, Nicotinamid, Kupfergluconat, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Cholecalciferol, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Kaliumiodid, Natriumselenit, Phytomenadion, D-Biotin.

*Enthält Aspartam (eine Phenylalaninquelle).

Nährwertangaben	Pro 100g Pulver	%*, %NRV**	Pro Portion (20g Pulver in 300ml Milch 1.5% Fett)	%*, %NRV**
Brennwert (kJ)	1569 kJ	19*	915 kJ	11*
Brennwert (kcal)	375 kcal	19*	218 kcal	11*
Fett	12 g	17*	7.2 g	10*
davon gesättigte Fettsäuren	2.1 g	11*	3.1 g	16*
Kohlenhydrate	7.3 g	3*	15.9 g	6*
davon Zucker	4.8 g	5*	15.4 g	17*
Ballaststoffe	21.2 g	-	4.2 g	-
Eiweiß	48.8 g	98*	19.8 g	40*
Salz	0.8 g	13*	0.5 g	9*
Vitamin A	1059 µg	132**	251 µg	31**
Vitamin D	7.4 µg	148**	1.6 µg	31**
Vitamin E	18.2 mg	152**	3.7 mg	31**
Vitamin K	116.1 µg	155**	23.8 µg	32**
Vitamin C	100.7 mg	126**	25.2 mg	32**
Thiamin	1.2 mg	106**	0.4 mg	32**
Riboflavin	0.2 mg	11**	0.6 mg	41**
Niacin	26.2 mg	164**	5.5 mg	34**
Vitamin B6	1.6 mg	114**	0.5 mg	33**
Folsäure	241.2 µg	121**	61.8 µg	31**
Vitamin B12	1.8 µg	70**	1.6 µg	64**
Biotin	24 µg	48**	15.3 µg	31**
Pantothensäure	4.1 mg	68**	1.9 mg	32**
Kalium	294 mg	15**	524 mg	26**
Calcium	1009 mg	126**	556 mg	70**
Phosphor	637 mg	91**	400 mg	57**
Magnesium	401 mg	107**	116 mg	31**
Eisen	23.8 mg	170**	4.9 mg	35**
Zink	9.9 mg	99**	3.1 mg	31**
Kupfer	1.5 mg	150**	0.3 mg	30**
Mangan	3.1 mg	155**	0.6 mg	30**
Selen	85.5 µg	155**	17.1 µg	31**
Jod	186 µg	124**	47.1 µg	31**

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

**Prozent der empfohlenen Referenzmenge (NRV=Nutrient Reference Values)