

# Produktinformation

## Aktivkost Yokebe Erdbeer

(PZN: 16881416)



### Zweckbestimmung

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung

### Zutaten

Sojaproteinisolat (51,8 %), Inulin, Fructose, Dextrose, Emulgator **Soja**-Lecithin, Zucker, Kaliumcitrat, natürliches Aroma, Calciumcarbonat, Magnesiumhydroxid, färbendes Lebensmittel Rote-Bete-Pulver, Rapsöl, Trennmittel Siliciumdioxid, Säuerungsmittel Weinsäure, L-Ascorbinsäure, Eisensulfat, Nicotinamid, Zinkoxid, D- $\alpha$ -Tocopherylacetat, Kupfergluconat, Mangansulfat, Calcium-D-Pantothenat, Antioxidans DL- $\alpha$ -Tocopherol, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Chrompicolinat, Folsäure, Natriumselenit, Phylloquinon, Natriumiodid, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

### Nährwerte

| Durchschnittlicher Gehalt des verzehrfertigen Produkts bei Zubereitung mit ungesüßtem Sojadrink: |                        |                         |                        |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|--------------------------|
| Nährwerte                                                                                        | Pro 100 ml             | % der RM*<br>pro 100 ml | Pro Portion            | % der RM*<br>pro Portion |
| Brennwert                                                                                        | 438 kJ<br>(104 kcal )  |                         | 1052 kJ<br>(250 kcal)  |                          |
| Fett                                                                                             | 2,6 g                  | -                       | 6,2 g                  | -                        |
| -davon gesättigte Fettsäuren                                                                     | 0,58 g                 | -                       | 1,4 g                  | -                        |
| Kohlenhydrate                                                                                    | 8,6 g                  | -                       | 20,6 g                 | -                        |
| - davon Zucker                                                                                   | 3,5 g                  | -                       | 8,5 g                  | -                        |
| Ballaststoffe                                                                                    | 2,5g                   | -                       | 6,0 g                  | -                        |
| Eiweiß                                                                                           | 10,2 g                 | -                       | 24,5g                  | -                        |
| Salz                                                                                             | 0,32 g                 | -                       | 0,76 g                 | -                        |
| Vitamin A                                                                                        | 109 µg (RE)            | 14 %                    | 262 µg (RE)            | 33 %                     |
| Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )                                                                | 0,23 mg                | 21 %                    | 0,56 mg                | 51 %                     |
| Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )                                                             | 0,22 mg                | 15 %                    | 0,52 mg                | 37 %                     |
| Vitamin B <sub>6</sub>                                                                           | 0,24 mg                | 17 %                    | 0,57 mg                | 41 %                     |
| Vitamin B <sub>12</sub>                                                                          | 0,37 µg                | 15 %                    | 0,88 µg                | 35 %                     |
| Vitamin C                                                                                        | 10,7 mg                | 13 %                    | 25,6 mg                | 32 %                     |
| Vitamin D                                                                                        | 0,63 µg                | 13 %                    | 1,5 µg                 | 30 %                     |
| Vitamin E                                                                                        | 2,0 mg ( $\alpha$ -TE) | 17 %                    | 4,7 mg ( $\alpha$ -TE) | 39 %                     |
| Vitamin K <sub>1</sub>                                                                           | 11,3 µg                | 15 %                    | 27,0 µg                | 36 %                     |
| Biotin (Vitamin B <sub>7</sub> )                                                                 | 8,3 µg                 | 17 %                    | 19,8 µg                | 40 %                     |
| Folsäure                                                                                         | 31,2 µg                | 16 %                    | 74,8 µg                | 37 %                     |
| Niacin (Vitamin B <sub>3</sub> )                                                                 | 2,5 mg (NE)            | 15 %                    | 5,9 mg (NE)            | 37 %                     |
| Pantothensäure                                                                                   | 0,75 mg                | 13 %                    | 1,8 mg                 | 30 %                     |
| Kalium                                                                                           | 328 mg                 | 16 %                    | 786 mg                 | 39 %                     |
| Calcium                                                                                          | 101 mg                 | 13 %                    | 242 mg                 | 30 %                     |
| Magnesium                                                                                        | 68,3 mg                | 18 %                    | 164 mg                 | 44 %                     |
| Phosphor                                                                                         | 92,9 mg                | 13 %                    | 223 mg                 | 32 %                     |
| Eisen                                                                                            | 3,1 mg                 | 22 %                    | 7,5 mg                 | 54 %                     |
| Zink                                                                                             | 1,4 mg                 | 14 %                    | 3,3 mg                 | 33 %                     |
| Mangan                                                                                           | 0,42 mg                | 21 %                    | 1,0 mg                 | 50 %                     |
| Kupfer                                                                                           | 0,32 mg                | 32%                     | 0,76 mg                | 76 %                     |

| Nährwerte  | Pro 100 ml | % der RM*<br>pro 100 ml | Pro Portion | % der RM*<br>pro Portion |
|------------|------------|-------------------------|-------------|--------------------------|
| Jod        | 21,5 µg    | 14 %                    | 51,7 µg     | 34 %                     |
| Selen      | 8,0 µg     | 15 %                    | 19,3 µg     | 35 %                     |
| Linolsäure | 1,3 g      | -                       | 3,0 g       | -                        |
| Chrom      | 9,1 µg     | 23 %                    | 21,9 µg     | 55 %                     |
| Natrium    | 126 mg     | -                       | 303 mg      | -                        |

\* Tägliche Referenzmenge gemäß EU-Verordnung 1169/2011

### Lagerungshinweis

Die Aktivkost Yokebe Erdbeer sollte kühl, trocken und vor Licht geschützt gelagert werden.

### Inhalt/Füllmenge

1 x Aktivkost Yokebe Erdbeer Einzeldose, 500 g (entspricht 12 Portionen)

### Zubereitungshinweis

Als Ersatz für eine Mahlzeit (1 Portion) werden 4 Messlöffel (40g) in 200 ml ungesüßten Sojadrink eingerührt. Bitte geben Sie immer zuerst die Flüssigkeit in den Shaker und dann das Pulver. Die Mischung gut umrühren oder schütteln. Das Befolgen des Zubereitungshinweises ist erforderlich.

### Verträglichkeit/Hinweise

- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme (2-3 Liter pro Tag).
- Bei Langzeitanwendung wird eine ärztliche Beratung empfohlen; Personen mit Lebensmittelallergien sollten ärztlichen Rat einholen.
- Das Pulver kann Spuren von **Ei** enthalten.
- Das Pulver enthält **Soja**.
- Die Aktivkost Yokebe Erdbeer ist glutenfrei, **lactosefrei** und vegan.
- Bitte beachten Sie, dass die Yokebe-Diät nur im Rahmen einer kalorienreduzierten Ernährung den gewünschten Erfolg erzielen kann. Andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein.
- Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind Grundvoraussetzung für eine gute Gesundheit.
- Gewichtsabnahme mit Yokebe:
- Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten durch jeweils einen Yokebe-Shake trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zur Gewichtsabnahme bei. Das Ersetzen einer Hauptmahlzeit unterstützt Sie dabei, das verringerte Gewicht zu halten
- Um die genannten Effekte zu erzielen ist es erforderlich, Yokebe Erdbeer gemäß dem Zubereitungshinweis im Rahmen der Diätpläne zu verzehren.

### Hersteller

Naturwohl Pharma GmbH  
Benzstr. 25  
71083 Herrenberg

Bitte beachten Sie immer auch die Informationen auf dem Produkt.