

Produktinformation

Aktivkost Yokebe Die-2-Wochen-Turbo-Diät

(PZN: 09718242)



Zweckbestimmung

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung

Zutaten

Sojaproteinisolat (30,0 %), Molkenproteinkonzentrat (21,6 %), Honig (15,3 %), Magermilchpulver, Maltodextrin, Milchproteinkonzentrat (5,0 %), Trennmittel Siliciumdioxid, pflanzliches Öl (Palmöl), Emulgator Soja-Lecithin, Eisenpyrophosphat, Vitamin C, Zinkgluconat, Niacin, Vitamin E, Vitamin A, Vitamin B₆, Kupfergluconat, Calcium-D-pantothenat, Mangangluconat, Vitamin D₃, Thiamin (Vitamin B₁), Riboflavin (Vitamin B₂), D-Biotin, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, Vitamin B₁₂

Nährwerte

Durchschnittlicher Gehalt des verzehrfertigen Produkts				
Nährwerte	Pro 100 ml	% der RM* pro 100 ml	Pro Portion	% der RM* pro Portion
Energie	503 kJ (120 kcal)	-	1211 kJ (287 kcal)	-
Fett	2,3 g	-	5,6 g	-
-davon gesättigte Fettsäuren	1,0 g	-	2,5 g	-
Kohlenhydrate	11,3 g	-	27,1 g	-
- davon Zucker	8,7 g	-	20,9 g	-
Ballaststoffe	<0,1 g	-	0,1 g	-
Eiweiß	13,3 g	-	31,9 g	-
Salz	0,4 g	-	1,0 g	-
Vitamin A	102,0 µg (RE)	13 %	244,0 µg (RE)	31 %
Thiamin (Vitamin B ₁)	0,2 mg	18 %	0,5 mg	45 %
Riboflavin (Vitamin B ₂)	0,3 mg	21 %	0,8 mg	59 %
Vitamin B ₆	0,6 mg	43 %	1,5 mg	107 %
Vitamin B ₁₂	1,2 µg	48 %	2,8 µg	112 %
Vitamin C	8,0 mg	10 %	19,2 mg	24 %
Vitamin D	0,7 µg	14 %	1,6 µg	32 %
Vitamin E	1,6 mg (α-TE)	13 %	3,9 mg (α-TE)	33 %
Biotin	26,1 µg	52 %	62,7 µg	125 %
Folsäure	54,8 µg	27 %	131,0 µg	66 %
Niacin	2,8 mg (NE)	18 %	6,8 mg (NE)	43 %
Pantothensäure	0,9 mg	15 %	2,1 mg	35 %
Kalium	219,0 mg	11 %	526,0 mg	26 %
Calcium	178,0 mg	22 %	427,0 mg	53 %
Phosphor	178,0 mg	25 %	427,0 mg	61 %
Eisen	2,5 mg	18 %	5,9 mg	42 %
Zink	1,4 mg	14 %	3,4 mg	34 %
Mangan	0,1 mg	5 %	0,3 mg	15 %
Kupfer	0,2 mg	20 %	0,4 mg	40 %
Jod	19,1 µg	13 %	45,8 µg	31 %
Selen	8,6 µg	16 %	20,7 µg	38 %

* Tägliche Referenzmenge gemäß EU-Verordnung 1169/2011

Lagerungshinweis

Die Aktivkost Yokebe Classic sollte kühl und trocken gelagert werden.

Inhalt/Füllmenge

2 x Aktivkost Yokebe Classic Einzeldose, 1 x Aktivkost Yokebe Classic Starterpaket, 5 x Portionsbeutel
= 1750 g entspricht 35 Portionen

Zubereitung für eine gewichtskontrollierende Ernährung

Als Ersatz für eine Mahlzeit werden 50 g Yokebe Classic (5 gehäufte Messlöffel oder 5 gehäufte EL bzw. der Inhalt eines Yokebe Portionsbeutel) in 200 ml fettarme Milch (1,5 % Fett) eingerührt und 1/2 TL (1,5 g) Pflanzenöl mit einem hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren (Sonnenblumen-, Distel- oder Traubenkernöl) hinzugegeben. Bitte geben Sie immer zuerst die Milch in den Shaker und erst dann das Pulver. Die Mischung gut umrühren oder schütteln. Das Befolgen des Zubereitungshinweises ist erforderlich.

Verträglichkeit/Hinweise

- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme.
- Bei Langzeitanwendung wird eine ärztliche Beratung empfohlen. Personen mit Lebensmittelallergien sollten ärztlichen Rat einholen.
- Kann Spuren von Hühnerei-Eiweiß enthalten.
- Die Aktivkost Yokebe Classic ist glutenfrei.
- 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.

Hersteller:

Naturwohl Pharma GmbH
Am Haag 14
D-82166 Gräfelfing

Bitte beachten Sie immer auch die Informationen auf dem Produkt.