

Durchschnittliche Nährwertangaben	Einheit	100g	50g (pro Portion)	5x50g (pro Tagesration)
Energie	kJ kcal	1611 383	806 192	4028 958
Fett	g	11	5,4	27
- davon gesättigte Fettsäuren	g	1,6	0,8	3,9
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren	g	2,1	1,1	5,3
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	5,7	2,8	14
Kohlenhydrate	g	32	16	79
- davon Zucker	g	13	6,6	33
Ballaststoffe	g	7,5	3,7	19
Eiweiß	g	34	17	86
Salz	g	1,0	0,51	2,5
Vitamin A	µg	510	255	1274
Vitamin D	µg	4,0	2,0	10
Vitamin E	mg	7,8	3,9	20
Vitamin K	µg	41	20	102
Vitamin C	mg	69	35	173
Thiamin	mg	0,86	0,43	2,2
Riboflavin	mg	0,94	0,47	2,4
Niacin	mg	10	5,2	26
Vitamin B6	mg	0,94	0,47	2,4
Folsäure	µg	209	104	521
Vitamin B12	µg	1,6	0,80	4,0
Biotin	µg	36	18	91
Pantothensäure	mg	4,1	2,0	10
Natrium	mg	405	203	1013
Kalium	mg	1588	794	3970
Chlorid	mg	485	242	1212
Calcium	mg	461	231	1153
Phosphor	mg	861	430	2152
Magnesium	mg	92,7	46,4	232
Eisen	mg	10	5,1	26
Zink	mg	6,1	3,1	15
Kupfer	mg	0,84	0,42	2,1
Mangan	mg	2,1	1,0	5,2
Selen	µg	31	16	77
Molybdän	µg	29	15	73
Jod	µg	65,7	32,9	164
Linolsäure	g	5,1	2,5	13
Alpha-Linolsäure	g	0,6	0,3	1,5
Cholin	mg	172	86,0	431

Tagesration für eine gewichtskontrollierende Ernährung. 5 x 50g pro Tag. Hafermischung mit Beeren und Kirschen. Mit Süßungsmittel.

ZUTATEN:

Sojaeiweißisolat, glutenfreie **Hafer**flocken, glutenfreies **Hafer**-mehl, Emulgator Lecithine (**Soja**), Bananenpulver, Dattelpulver, Maisextrudat, Erdbeerstücke getrocknet 2,0%, Himbeerstücke getrocknet 2,0%, Sauerkirschstücke getrocknet 2,0%, Kaliumcitrat, Heidelbeerstücke gefriergetrocknet 1,6%, Dicalciumphosphat, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Flohsamenschalenpulver 1,2%, färbendes Lebensmittel Rote Bete-Saftpulver, Kaliumchlorid, Aroma, Säuerungsmittel Citronensäure, Cholinbitartrat, Calciumcarbonat, Magnesiumcarbonat, Süßungsmittel Sucralose, Vitamin C, Vitamin E, Zinkgluconat, Eisensulfat, Niacin, Natriummolybdat, Zinkcitrat, Vitamin A, Pantothensäure, Mangan gluconat, Kaliumiodid, Kupfergluconat, Natriumselenit, Vitamin B12, Vitamin D, Vitamin B6, Riboflavin, Thiamin, Mangansulfat, Vitamin K, Folsäure, Biotin.

Kann Spuren von Eiern, Milch (einschließlich Laktose), Lupinen und den jeweiligen Erzeugnissen daraus enthalten.

ANWENDUNG:

Ersetzen Sie alle Mahlzeiten über einen von Ihnen selbst bestimmten Zeitraum (nicht länger als 8 Wochen) durch **Layenberger diet5**. Verzehren Sie immer 5 Portionen pro Tag, etwa alle 3 Stunden eine. Nur so ist die tägliche Versorgung mit ausreichenden Mengen an allen essenziellen Nährstoffen gewährleistet. Bei einer Diät sollten Sie unbedingt darauf achten, zusätzlich genügend zu trinken (mindestens 2 Liter kalorienfreie bzw. kalorienarme Flüssigkeit pro Tag).

HINWEISE:

Das Produkt ist ausschließlich für gesunde übergewichtige oder fettleibige Erwachsene bestimmt, die ihr Gewicht verringern möchten. Schwangere oder Stillende, Jugendliche oder Personen mit Gesundheitsbeschwerden sollten das Produkt nicht ohne ärztlichen Rat verzehren. Möchten Sie die Tagesrations-Diät länger als 8 Wochen oder wiederholt über kürzere Zeiträume anwenden, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt.

ZUBEREITUNG:

Beutelinhalt (50g Pulver) je nach gewünschter Konsistenz mit 150-200ml Wasser in eine Schüssel geben und mit einem Löffel vermengen.

Kühl und trocken lagern. Mindestens haltbar bis Ende:

Exklusiv produziert für:

Layenberger Nutrition Group GmbH

Am Hühnerbusch 23 | DE-67688 Rodenbach

www.layenberger.com



e 50g → 200ml

Packung ergibt eine Portion à 200ml