

# melatonin gummies

## Datenblatt LMIV (Stand: 20.12.23)

**Nahrungsergänzungsmittel. Fruchtgummis mit Melatonin. Mit Süßungsmittel.**

**Zutaten:** Süßungsmittel (Maltitsirup, Maltit), Wasser, Geliermittel Pektin, Pflanzenkonzentrate (aus Süßkartoffel und Karotte), Säureregulatoren (Natriumcitrat, Citronensäure), natürliches Aroma, Melatonin, MCT Öl (aus Kokos), Überzugsmittel Carnaubawachs.

Durchschnittlicher Gehalt	pro Portion (1 Stück = 3 g)	% NRV*
Melatonin	1 mg	**

\* Prozent der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr (=Nährstoffbezugswerte)

\*\* Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden.

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion (3 g)
Energie	779 kJ 186 kcal	23 kJ 6 kcal
Fett	< 0,5 g	< 0,5 g
davon gesättigte Fettsäuren	< 0,1 g	< 0,1 g
Kohlenhydrate	76 g	2,3 g
davon Zucker	< 0,5 g	< 0,5 g
davon mehrwertige Alkohole	76 g	2,3 g
Eiweiß	< 0,5 g	< 0,5 g
Salz	< 0,01 g	< 0,01 g

**Verzehrempfehlung:** Pro Tag 1 Stück unmittelbar vom dem zu Bett gehen kauen.

### Wichtige Hinweise:

Die angegebene empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine und ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Schwangere und stillende Frauen und Personen die Arzneimittel einnehmen, sollten vor der Anwendung ihren Arzt befragen. Das Produkt ist für Kinder und Jugendliche nicht geeignet. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

Melatonin trägt dazu bei, die Einschlafzeit zu verkürzen. Diese positive Wirkung stellt sich dann ein, wenn 1 mg Melatonin kurz vor dem Schlafgehen aufgenommen wird.

Melatonin trägt zur Linderung der subjektiven Jetlag-Empfindung bei. Diese Wirkung stellt sich ein, wenn am ersten Reisetag kurz vor dem Schlafengehen sowie an den ersten Tagen nach Ankunft am Zielort mindestens 0,5 mg Melatonin aufgenommen werden.

Trocken und lichtgeschützt bei Raumtemperatur (15-25 °C) lagern.

**Inhalt: 60 Stück = 180 g (= 60 Portionen)**

for you eHealth GmbH  
Zur Centralwerkstätte 6  
92637 Weiden,  
Deutschland