

**MCT Öl**  
**Nahrungsergänzungsmittel**  
**Mittelkettige Triglyceride**

MCT-Öl besteht aus mittelkettigen Triglyceriden fraktionierter pflanzlicher Fettsäuren. Diese mittelkettigen Fettsäuren, vorwiegend Capryl- und Caprinsäure, sind in der Natur z.B. in Palmkernöl enthalten. Eine gesteigerte Zufuhr von MCT-Öl in der Ernährung muss langsam erfolgen, damit sich die Verdauung schrittweise anpassen kann.

**Verzehrempfehlung:**

Erwachsene nehmen bis zu 3 mal täglich 1 Teelöffel (1 Teelöffel = ca. 3 Gramm) zu den Mahlzeiten ein.

**Lagerung:** Dose immer verschlossen, kühl, trocken und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

**Hinweise:** Das Gebinde (Dose) ist innen mit einer lebensmittelechten Schutzschicht versiegelt. Schäden, wie z.B. Beulen, führen daher nicht zur Beeinträchtigung der Ware.

Das Öl sollte nicht über 100°C erhitzt werden.  
Zum Backen und Braten nicht geeignet.



**Inhalt: 500 ml**

# MCT Öl

**Nahrungsergänzungsmittel**  
**Mittelkettige Triglyceride**



**500 ml**

**Nährwertangaben:** (durchschnittlich verwertbar)

pro empfohlener täglicher Verzehrsmenge  
(9 g Öl) für Erwachsene pro 100 ml

<b>Energie</b>	333 kJ	3441 kJ
	81 kcal	837 kcal
<b>Fett</b>	9 g	93 g
davon gesättigte Fettsäuren	9 g	93 g
<b>Kohlenhydrate</b>	0 g	0 g
davon Zucker	0 g	0 g
<b>Eiweiß</b>	0 g	0 g
<b>Salz</b>	0 g	0 g

**Stoffe mit ernährungsspezifischer oder physiologischer Wirkung**

pro empfohlener täglicher Verzehrsmenge (9 g Öl) für Erwachsene % NRV\* (pro 9 g)

<b>MCT-Öl</b>	9 g	**
---------------	-----	----

\*: Nährstoffbezugswerte gemäß Lebensmittelinformationsverordnung  
\*\*: kein NRV-Wert vorliegend

**Zutaten:** Pflanzliches Öl (aus Palmkernöl und Rapsöl) 100%

Das MCT-Öl besteht zu etwa 98–99% aus Caprylsäure (C8) und Caprinsäure (C10). Die Fettsäurenverteilung ist hierbei (typische Durchschnittswerte\*\*\*):  
Caprylsäure: 50–65%  
Caprinsäure: 30–50%

\*\*\*: Die Analysenwerte unterliegen den bei Naturprodukten üblichen, biologischen Schwankungen

*ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt mindestens haltbar bis sowie Los-Bezeichnung: siehe Boden  
Nach jedem Gebrauch sorgfältig verschließen. Nach dem ersten Öffnen innerhalb von 3 Monaten aufbrauchen. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine gesunde Lebensweise ist von großer Bedeutung. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.*