



PZN 01168948 (510 g Pulver)

Pflichttext:

## Cefamagar®

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung

Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch Cefamagar® Vitaldiät trägt zu Gewichtsabnahme bei. Das Ersetzen von einer der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch Cefamagar® Vitaldiät trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten.

Die Inhaltsstoffe Magnesium, Mangan, Calcium, Eisen, Jod, Kupfer, Phosphor, Pantothenensäure, Niacin und die Vitamine B1, B2, B6, B12 und C unterstützen einen normalen Energiestoffwechsel. Proteine (Eiweiße) tragen zur Erhaltung und zu einer Zunahme von Muskelmasse bei.

**Verzehrempfehlung:** Bis zu 3 Hauptmahlzeiten pro Tag ersetzen (1 Mahlzeit entspr. 236 kcal).

**Zubereitung einer Mahlzeit:** 30 g Pulver (ca. 2 gestr. Dosierlöffel) mit 250 ml gekühlter Milch (1,5 % Fett) gut vermischen (Schüttelbecher) und dann genießen. Bei Zubereitung mit lactosefreier Milch entsteht eine lactosearme Mahlzeit (<1g Lactose).

Nährwerte für Cefamagar® Vitaldiät (durchschnittliche Gehalte)	pro 100 g Pulver	% NRV pro 100 g Pulver	pro Mahlzeit 30 g Pulver in 250 ml Milch (1,5% Fett)	% NRV pro Mahlzeit
Energie (Brennwert)	1.644 kJ / 390 kcal		994 kJ / 236 kcal	
Fett	7,3 g		6,2 g	
davon gesättigte Fettsäuren	1,5 g		2,7 g	
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	1,4 g		1,4 g	
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren <sup>1</sup>	4,2 g		1,4 g	
Kohlenhydrate	34 g		22,2 g	
davon Zucker <sup>2</sup>	21 g		18,3 g	
Ballaststoffe	6,0 g		1,8 g	
Eiweiß	44 g		21,6 g	
Salz	0,8 g		0,53 g	
Vitamin A (RE)	730 µg	91	251,50 µg	31
Vitamin D	5,0 µg	100	1,58 µg	32
Vitamin E (α-TE)	12 mg	100	3,70 mg	31
Vitamin K	70 µg	93	26,00 µg	35
Vitamin C	80 mg	100	28,25 mg	35
Thiamin (Vitamin B1)	0,9 mg	82	0,36 mg	33
Riboflavin (Vitamin B2)	0,3 mg	21	0,54 mg	39
Niacin (NE)	19 mg	119	5,93 mg	37
Vitamin B6	1,2 mg	86	0,48 mg	34
Folsäure	180 µg	90	65,25 µg	33
Vitamin B12	1,6 µg	64	1,53 µg	61
Biotin	30 µg	60	17,75 µg	36
Pantothenensäure	3,7 mg	62	1,99 mg	33
Calcium	400 mg	50	415,00 mg	52
Phosphor	450 mg	64	362,50 mg	52
Eisen	17 mg	121	5,21 mg	37
Magnesium	290 mg	77	117,00 mg	31
Zink	7,5 mg	75	3,18 mg	32
Jod	140 µg	93	50,25 µg	34
Kalium	450 mg	23	522,50 mg	26
Kupfer	1,1 mg	110	0,36 mg	36
Mangan	2,2 mg	110	0,67 mg	33
Selen	65 µg	118	19,50 µg	36

<sup>1</sup> davon Linolsäure	3,4 g		1,1 g	
<sup>2</sup> davon Saccharose	0,0 g		0 g	
<sup>2</sup> davon Fructose	20,0 g		6,0 g	

Stand der Information: 11/2023



<sup>2</sup> davon Lactose	0,3 g		12,09 g	
Natrium	300 mg		208 mg	
L-Carnitin	670 mg		201 mg	
Lecithin	3,6 g		1,1 g	

NRV: nutrient reference value = Nährstoffbezugswert nach LMIV

Aminosäuren	pro 100 g Eiweiß	pro 100 g Pulver
L-Alanin	3,6 g	1,6 g
L-Arginin	4,8 g	2,1 g
L-Asparaginsäure	9,4 g	4,1 g
L-Cystein	1,1 g	0,5 g
L-Glutaminsäure	19,2 g	8,4 g
L-Glycin	2,7 g	1,2 g
L-Histidin <sup>3</sup>	2,5 g	1,1 g
L-Isoleucin <sup>3</sup>	5,2 g	2,3 g
L-Leucin <sup>3</sup>	8,9 g	3,9 g
L-Lysin <sup>3</sup>	7,5 g	3,3 g
L-Methionin <sup>3</sup>	2,1 g	0,9 g
L-Phenylalanin <sup>3</sup>	4,6 g	2,0 g
L-Prolin	7,1 g	3,1 g
L-Serin	5,2 g	2,3 g
L-Threonin <sup>3</sup>	4,6 g	2,0 g
L-Tryptophan <sup>3</sup>	1,4 g	0,6 g
L-Tyrosin	4,3 g	1,9 g
L-Valin <sup>3</sup>	5,7 g	2,5 g

<sup>3</sup> essenzielle Aminosäuren

#### Zutaten:

Milcheiweiß (31 %), Fructose, Sojaproteinisolat (19 %), Maltodextrin, Inulin, Pflanzliches Öl (Soja), Lecithine (Soja) (3,6 %), Haferfaser, Aroma, Magnesiumcarbonat, L-Carnitin (0,7 %), Dikaliumphosphat, Salz, Tricalciumphosphat, Eisendiphosphat, L-Ascorbyl-6-palmitat, Nicotinamid, DL- $\alpha$ -Tocopherylacetat, Zinkoxid, Antioxidationsmittel Alpha-Tocopherol und Fettsäureester der Ascorbinsäure, Mangansulfat, Kupfersulfat, Pyridoxinhydrochlorid, Calcium-D-pantothenat, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Retinylacetat, Natriumselenat, Kaliumiodid, Pteroylmonoglutaminsäure, Phytomenadion, D-Biotin, Cholecalciferol.

Für Vegetarier geeignet. Glutenfrei. **Ohne Zusatz von:** Farbstoffen, Gelatine, Hefe, Süßstoffen.

#### Hinweise:

Cefamagar<sup>®</sup> Vitaldiät ist allein kein vollständiges Lebensmittel und erfüllt seinen Zweck nur, wenn es im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet wird, zu der auch andere Lebensmittel gehören. Auf eine ausreichende tägliche Flüssigkeitszufuhr (z.B. Wasser, ungesüßter Tee), eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise ist zu achten. Bei langfristigen Reduktionsdiäten ist eine Rücksprache mit einem Arzt empfehlenswert.

**Inhalt:** 510 g Pulver (17 Mahlzeiten)

**Lagerhinweis:** Trocken, vor direkter Sonne geschützt und unter 25° C lagern!

**Cefak KG**, Ostbahnhofstr. 15, 87437 Kempten/Germany.