

| Nährwert | Tagesdosis (= 12g) | je 100g | % des empfohlenen Tagesbedarfs nach RDA* |
|------------------|-----------------------|-----------|--|
| Fett | 2,59 g | 21,6 g | ** |
| davon gesättigte | | | |
| Fettsäuren | 0,38 g | 3,2 g | |
| -einfach unges. | | | |
| Fettsäuren | 1,22 g | 10,2 g | |
| -mehrfach unges. | | | |
| Fettsäuren | 0,98 g | 8,2 g | ** |
| Kohlenhydrate | 4,78 g | 39,8 g | ** |
| Ballaststoffe | 4,97 g | 41,4 g | ** |
| Brennwert | 233,72 kJ | 1947,7 kJ | ** |
| | 55,8 kcal | 465 kcal | ** |

| Vitamine | | | |
|----------------|---------|---------|--------|
| Vitamin E | 0,77 mg | 6,4 mg | 54 % |
| Vitamin K | 4,68 µg | 39 µg | 52 % |
| Vitamin B1 | 0,23 mg | 1,91 mg | 173 % |
| Vitamin B2 | 0,09 mg | 0,71 mg | 51 % |
| Vitamin B6 | 0,07 mg | 0,59 mg | 42 % |
| Vitamin B12 | 0,32 µg | 2,7 µg | 108 % |
| Niacin | 0,59 mg | 4,9 mg | 31 % |
| Pantothensäure | 0,2 mg | 1,7 mg | 28 % |
| Cholin | 11 mg | 92 mg | ** |
| Inositol | 8,38 mg | 69,8 mg | ** |
| Biotin | 9,84 µg | 82 µg | 164 % |
| Folsäure | 21 µg | 175 µg | 87,5 % |

*gem. EU-Richtlinie über die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln

**noch keine Empfehlung der EU vorhanden



DAREI FIT

Enthält Erdmandeln,
Indische Flohsamenschalen
und Gerstengras

Glutenfrei

Laktosefrei

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die empfohlene Tagesdosis soll nicht überschritten werden.

Verzehrempfehlung: 1x täglich 12g (ca. 2 Esslöffel) mit viel Flüssigkeit einnehmen.

Rezeptvorschläge: DAREI kann pur, direkt gegessen werden. Oder in Müsli, Joghurt, Suppen oder Salaten beigemischt werden. Bzw auch in Flüssigkeit (Wasser, Kaffee, Tee) verrührt, getrunken werden. Auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr sollte geachtet werden.

| Mineralstoffe und Spurenelemente | Tagesdosis (= 12 g) | je 100g | % des empfohlenen Tagesbedarfs nach RDA* |
|--|------------------------|----------|--|
| Kalium | 61,3 mg | 511 mg | 25 % |
| Magnesium | 10,7 mg | 89,2 mg | 23 % |
| Calcium | 18,2 mg | 151,5 mg | 19 % |
| Mangan | 1,8 mg | 1,8 mg | 90 % |
| Eisen | 0,79 mg | 6,32 mg | 45 % |
| Kupfer | 0,05 mg | 0,44 mg | 44 % |
| Molybdän | 3,36 µg | 28 µg | 59 % |
| Phosphor | 84,14 mg | 701,2 mg | 88 % |
| Jod | 21,72 µg | 181 µg | 119 % |
| Zink | 1,69 mg | 14,1 mg | 15 % |
| Selen | 1,46 mg | 12,2 mg | 22 % |

PZN - 0681106 250 g e

Nahrungsergänzungsmittel

Mindestens haltbar bis: 01/2016

CHB709414



Die Ware unterliegt den bei einem Naturprodukt gegebenen Schwankungen. Nach Anbruch gut verschlossen und trocken lagern. Nicht dem direkten Sonnenlicht aussetzen.

Zutaten: Chufanuss, Leinsamen, Ägyptischer Schwarzkümmel, Indische Flohsamenschalen, Weizenfaser*, Haferfaser*, Gerstengras, Anis, Fenchel. *glutenfrei
Naturprodukte Schwarz, 66497 Contwig, www.Naturprodukte-Schwarz.de