

**Durchschnittlicher Gehalt des verzehfertigen Produkts - am Beispiel eines Shakes mit 50 g Almased® mit Mandel-Vanille-Geschmack:**

	Einheit	pro Portion/ Shake mit 200ml Wasser + 2 TL Rapsöl	% der empf. Tagesdosis je Portion/ Shake	pro 100 ml mit Wasser + Rapsöl	% der empf. Tagesdosis je 100ml
Brennwert	kJ	964		377	
Brennwert	kcal	229		89	
Fett	g	7		2,7	
davon gesättigte Fettsäuren	g	0,5		0,2	
Kohlenhydrate	g	15,9		6,2	
davon Zucker	g	14,7		5,7	
Eiweiß	g	26,2		10,2	
Salz	g	0,83		0,33	
Natrium	g	0,334		0,13	
Vitamin A	µg	268	33	105	13
Vitamin D3	µg	1,6	31	0,6	12
Vitamin E	mg	5	41	2	16
Vitamin C	mg	14,9	19	5,8	7
Vitamin B1	mg	0,4	35	0,2	14
Vitamin B2	mg	0,8	56	0,3	22
Niacin	mg	6	37	2,3	15
Vitamin B6	mg	0,5	35	0,2	14
Folsäure	µg	104	52	41	20
Vitamin B12	µg	0,7	27	0,3	11
Biotin	µg	12	24	5	9
Pantothensäure	mg	1,3	22	0,5	8
Kalium	mg	494	24	193	10
Calcium	mg	213	26	83	10
Phosphor	mg	308	44	120	17
Magnesium	mg	44	12	17	5
Eisen	mg	4,8	34	1,9	13
Zink	mg	3,04	30	1,2	12
Kupfer	mg	0,35	35	0,14	14
Mangan	mg	0,32	17	0,13	7
Selen	µg	18	32	7	13
Iod	µg	42	28	16	11

Aus dem Packungsinhalt von 500 g lassen sich (bei einer durchschnittlichen Portionsmenge von 50 g) zehn Verzehreinheiten herstellen.

**Wichtig:** Bei Langzeitanwendung ärztliche Beratung empfohlen  
**Allergiker sollten erst ärztlichen Rat einholen**

Almased Wellness GmbH, Eichenstraße 11 a • 85445 Oberding

Kostenfreie Beratungs-Hotline: 0800 - 24 667 526