

# FORMULA 1 EXPRESS RIEGEL GESCHMACKSRICHTUNG ROTE BEEREN UND JOGHURT

Nährwertangaben  
Eine Portion = 1 Riegel (56g)

	per 100 g	per bar (56g)	% EU RDA*
Brennwert	369 kcal (1547 kJ)	206 kcal (866 kJ)	-
Proteine	23,7 g	13,2 g	-
Kohlenhydrate	37,1 g	20,8 g	-
davon: Zucker	25,5 g	14,3 g	-
Fett	10,7 g	6,0 g	-
davon:			
gesättigte Fettsäuren	3,3 g	1,8 g	-
einfach ungesättigte Fettsäuren	3,4 g	1,9 g	-
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,8 g	2,1 g	-
Linolsäure	2,7 g	1,5 g	-
Ballaststoffe	14,7 g	8,2 g	-
Natrium	0,39 g	0,22 g	-
<b>VITAMINE</b>			
Vitamin A	459 µg	257 µg	32%
Vitamin D	2,9 µg	1,6 µg	32%
Vitamin E	7,0 mg	3,9 mg	33%
Vitamin C	45,9 mg	25,7 mg	32%
Thiamin	0,64 mg	0,36 mg	33%
Riboflavin	0,95 mg	0,55 mg	39%
Niacin	10,8 mg	6,0 mg	38%
Vitamin B6	0,87 mg	0,48 mg	34%
Folsäure	115 µg	64,3 µg	32%
Vitamin B12	1,43 µg	0,8 µg	32%
Biotin	28,7 µg	16,1 µg	32%
Pantothensäure	3,45 mg	1,95 mg	33%
<b>MINERALSTOFFE</b>			
Calcium	414 mg	232 mg	29%
Phosphor	594 mg	332 mg	47%
Kalium	909 mg	509 mg	25%
Eisen	11,6 mg	6,5 mg	46%
Zink	6,47 mg	3,62 mg	36%
Kupfer	0,87 mg	0,48 mg	48%
Jod	87,0 µg	48,7 µg	32%
Selen	31,7 µg	17,7 µg	32%
Magnesium	101 mg	56,3 mg	15%
Mangan	1,15 mg	0,64 mg	32%

\* Prozent der empfohlenen Tagesdosis pro Riegel



#### Zutaten:

Sojagranulat, Fruktose-Glukose-Sirup, Soja-Crisps (Sojaweiß, Tapiokastärke, Kochsalz), joghurthaltige Glasur 8,9% (Zucker, Kakaobutter, Magermilchjoghurtpulver (10%), Laktose, Emulgator (Sojalecithin), Aromen, Säuerungsmittel (Citronensäure)), Polydextrose, Sojaweiß, Glukosesirup, Oligofruktose, fruchthaltige Flocken 3,6% (Fruktose-Glukose-Sirup, Feuchthaltemittel (Glycerin), Zucker, Weizenfaser, Fruchtkonzentrate 8% (konzentrierter Granatapfelsaft, konzentriertes Acai-Püree, konzentriertes Heidelbeer-Püree), Geliermittel (Pektine), pflanzliches Fett, Säuerungsmittel (Äpfelsäure, Zitronensäure), Aroma), gepresste Cornflakes (Maismehl, Weizenmehl, Zucker, Weizenmalz, Kochsalz, Aromen), Fruktose, Mineralstoffe (Dikaliumphosphat, Tricalciumphosphat, Magnesiumoxid, Eisenphosphat, Zinkoxid, Mangansulfat, Kupfersulfat, Kaliumiodid, Natriumselenit), Sonnenblumenöl, Gummi Arabicum, Aromen, Säuerungsmittel (Citronensäure), Kochsalz, Emulgator (Sojalecithin), Vitamine (L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-Alpha-Tocopheryllacetat, Calcium-D-Pantothentat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin).

Enthält Milch, Soja und Gluten. Kann Spuren von Schalenfrüchten, Erdnüssen und Sesamsamen enthalten.

Die aktuellsten Informationen zu Inhaltsstoffen und Nährwerten können Sie dem Produktetikett entnehmen.

Sich unterwegs gesund zu ernähren, muss nicht schwierig sein: Der Formula 1 Express Riegel ist die ideale, praktische Mahlzeit für unterwegs. Der Riegel liefert essenzielle Nährstoffe für einen vollwertigen, ausgewogenen Mahlzeitenersatz\*. Einfach lecker!

#### HAUPTVORTEILE

- nur 206 Kalorien pro Riegel
- hoher Ballaststoff- und Proteingehalt. Hilft zu einem längeren Sättigungsgefühl beizutragen und den Energiespiegel länger aufrecht zu erhalten
- niedriger Glykämischer Index
- enthält Sojaprotein: die Zufuhr von mindestens 25 g Sojaprotein als Teil einer Ernährung, die niedrig an gesättigten Fettsäuren ist, kann helfen, einen gesunden Cholesterinspiegel aufrecht zu erhalten
- enthält essenzielle Vitamine und Mineralien
- für Vegetarier geeignet
- knusprig, fruchtig und bissfest

#### KNUSPRIG UND BISSFEST

Wenn Sie Ihr Gewicht kontrollieren möchten ist es wichtig, sich gesund und abwechslungsreich zu ernähren und sich zu bewegen. Manchmal kann das schwierig sein, wenn keine praktischen Alternativen vorhanden sind. Eine gesunde, leckere Mahlzeit wie Formula 1 hilft Ihnen, Ihre Kalorienzufuhr zu kontrollieren. Gleichzeitig bietet Formula 1 essenzielle Vitamine und Mineralien. Außerdem Kohlenhydrate und Proteine für lang anhaltende Energie und ein längeres Sättigungsgefühl.

#### VERZEHRSEMPFEHLUNG

Genießen Sie den Formula 1 Shake oder den Formula 1 Express Riegel als vollwertige Mahlzeit.

#### Interessieren Sie sich für ein auf Ihre Bedürfnisse abgestimmtes Gewichtskontrollprogramm?

Formula 1 Shakes sind weltweit sehr beliebt. Sie werden täglich von Millionen Menschen verwendet – entweder zur Gewichtskontrolle oder zur gesunden Ernährung. Wenn Sie Ihre Lieblingsfrüchte hinzugeben, können Sie Ihrem Shake einen besonderen Geschmack verleihen. Formula 1 ist in 6 Geschmacksrichtungen in Dosen erhältlich, die Geschmacksrichtung Vanille auch als Portionspackung.

#### Benötigen Sie eine praktische Mahlzeit für unterwegs?

Formula 1 Express Riegel ist einfach praktisch für unterwegs. Der Riegel ist knusprig und bissfest und sehr fruchtig. Auch mit Schokoladengeschmack erhältlich.

\* Dieses Produkt sollte im Rahmen eines gesunden Lebensstils verwendet werden, zusammen mit einer ausgewogenen und abwechslungsreichen Ernährung, die Obst und Gemüse einschließt

Ihr(e) selbständige(e) Herbalife-Berater(in):