

|   | I Riegel (58 g) / I barre (58 g)<br>I barra (58 g) / I bar (58 g) | 901 kJ / 214 kcal | Pro / pour / por / per<br>100 g |
|---|---|-------------------|---------------------------------|
| Nährwertinformationen, valeur nutritiv,<br>información nutricional, nutrition information             |   |                   | 1554 kJ / 369 kcal              |
| Energie / énergie / valor energético / energy   |   |                   |                                 |
| Fette / lipides / grasas / fat  |   | 6,1 g             | 10,5 g                          |
| davon gesättigte Fettsäuren / dont acides gras saturés / de las cuales saturadas / of which saturates |   | 2,2 g             | 3,8 g                           |
| Kohlenhydrate / hydrates de carbone / hidratos de carbono / carbohydrates                             |   | 23,8 g            | 41,0 g                          |
| davon Zucker / dont sucre / de los cuales azúcares / of which sugar                                   |   | 17,3 g            | 29,9 g                          |
| Nahrungsfasern / fibres / fibra alimentaria / fibre   |   | 3,8 g             | 6,5 g                           |
| Eiweiss / protéines / proteínas / protein   |   | 14,4 g            | 24,4 g                          |
| Salz / sel / salt   |   | 0,81 g            | 1,39 g                          |

|  | I Riegel (58 g) / I barre (58 g)<br>I barra (58 g) / I bar (58 g) | % NRV* /<br>% VNR* | Pro / pour / por / per<br>100 g | % NRV* /<br>% VNR* |
|--|---|--------------------|---------------------------------|--------------------|
| Mineralstoffe, sels minéraux,<br>sales minerales, minerals |   |                    |                                 |                    |
| Kalium / potassium / potasio                               | 500 mg  | 25 %               | 862,1 mg                        | 43 %               |
| Kalzium / calcium / calcio                                 | 268 mg  | 34 %               | 462,1 mg                        | 58 %               |
| Phosphor / phosphore / Fósforo / phosphorus                | 210 mg  | 30 %               | 362,1 mg                        | 52 %               |
| Eisen / fer / Hierro / iron                                | 4,2 mg  | 30 %               | 7,2 mg                          | 52 %               |
| Magnesium / magnésium / magnesio                           | 112,6 mg  | 30 %               | 194,1 mg                        | 52 %               |
| Zink / zinc / Cinc   | 3,0 mg  | 30 %               | 5,2 mg                          | 52 %               |
| Jod / jode/iodo / iodine                                   | 45,0 µg   | 30 %               | 77,6 µg                         | 52 %               |
| Selen / sélénium / selenio / selene                        | 16,6 µg   | 30 %               | 28,6 µg                         | 52 %               |
| Kupfer / cuivre / Cobre / copper                           | 0,3 mg  | 30 %               | 0,5 mg                          | 52 %               |
| Mangan / manganèse / Manganese/ manganese                  | 0,6 mg  | 30 %               | 1,0 mg                          | 52 %               |

|   | I Riegel (58 g) / I barre (58 g)<br>I barra (58 g) / I bar (58 g) | % NRV* /<br>% VNR* | Pro / pour / por / per<br>100 g | % NRV* /<br>% VNR* |
|---|---|--------------------|---------------------------------|--------------------|
| Vitamine, vitamines,<br>vitaminas, vitamins                                 |   |                    |                                 |                    |
| A   | 240 µg  | 30 %               | 414 µg                          | 52 %               |
| D   | 1,5 µg  | 30 %               | 2,6 µg                          | 52 %               |
| E   | 3,6 mg  | 30 %               | 6,2 mg                          | 52 %               |
| K   | 23,0 µg   | 31 %               | 38,7 µg                         | 53 %               |
| C   | 24,0 mg   | 30 %               | 41,4 mg                         | 52 %               |
| B1  | 0,3 mg  | 30 %               | 0,6 mg                          | 52 %               |
| B2  | 0,4 mg  | 30 %               | 0,7 mg                          | 52 %               |
| Niacin / niacine / niacina  | 4,8 mg  | 30 %               | 8,3 mg                          | 52 %               |
| B6  | 0,4 mg  | 30 %               | 0,7 mg                          | 52 %               |
| Folsäure / acide folique / Ácido fólico / folic acid                        | 60,0 µg   | 30 %               | 103,4 µg                        | 52 %               |
| B12   | 0,8 µg  | 30 %               | 1,3 µg                          | 52 %               |
| Biotin / biotine / Biotina  | 15,0 µg   | 30 %               | 25,9 µg                         | 52 %               |
| Pantothensäure / acide pantothénique / Ácido pantoténico / pantothenic acid | 1,8 mg  | 30 %               | 3,1 mg                          | 52 %               |

\* Nährstoffbezugswerte, Valeurs nutritionnelles de référence, valores de referencia de nutrientes, nutrient reference value (NRV)