

# Produktinformation

## Aktivkost Yokebe Vanille

(PZN: 16929057)



### Zweckbestimmung

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung

### Zutaten

Sojaproteinisolat (52,5 %), lactosereduziertes **Molkenprotein (Milch)** - Konzentrat (20,5 %), Honig (15,3 %), Maltodextrin (5,1 %), Aroma, Kaliumphosphat, Magnesiumhydroxid, Trennmittel Siliciumdioxid, pflanzliches Öl (Raps, **Soja**), Vitamin C (L-Ascorbinsäure), Calciumphosphat, Zinkgluconat, Vitamin E (D- $\alpha$ -Tocopherylacetat), Eisenphosphat, Vitamin B<sub>3</sub> (Nicotinamid), Mangangluconat, Antioxidans DL- $\alpha$ -Tocopherol, Vitamin B<sub>5</sub> (Calcium-D-Pantothenat), Farbstoff Beta-Carotin, Vitamin B<sub>6</sub> (Pyridoxinhydrochlorid), Vitamin B<sub>1</sub> (Thiaminmononitrat), Vitamin A (Retinylacetat), Kupfergluconat, Vitamin K (Phylloquinon), Natriumselenit, Folsäure (Pteroylmonoglutaminsäure), Vitamin B<sub>2</sub> (Riboflavin), Kaliumjodid, Vitamin D (Cholecalciferol).

### Nährwerte

Durchschnittlicher Gehalt des verzehrfertigen Produkts bei Zubereitung mit fettarmer lactosefreier Milch und Sonnenblumenöl				
Nährwerte	Pro 100 ml	% der RM* pro 100 ml	Pro Portion	% der RM* pro Portion
Brennwert	433 kJ (102 kcal)		1046 kJ (247 kcal)	
Fett	2,2 g		5,4 g	
-davon gesättigte Fettsäuren	1,2 g		2,8 g	
Kohlenhydrate	7,5 g		18,1 g	
- davon Zucker	6,3g		15,2 g	
Ballaststoffe	0,1 g		0,2 g	
Eiweiß	12,8 g		30,8 g	
Salz	0,46 g		1,1 g	
Vitamin A	120 $\mu$ g (RE)	15 %	290,0 $\mu$ g (RE)	36,3 %
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	0,16 mg	15 %	0,4 mg	36,4 %
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	0,22 mg	16 %	0,52 mg	37,0 %
Vitamin B <sub>6</sub>	0,21 mg	15 %	0,51 mg	36,4 %
Vitamin B <sub>12</sub>	0,7 $\mu$ g	28 %	1,7 $\mu$ g	68,0 %
Vitamin C	12,0 mg	15 %	29,0 mg	36,3 %
Vitamin D	0,62 $\mu$ g	12 %	1,5 $\mu$ g	30,0 %
Vitamin E	2,7 mg ( $\alpha$ -TE)	22 %	6,6 mg ( $\alpha$ -TE)	55,0 %
Biotin	7,5 $\mu$ g	15 %	18,1 $\mu$ g	36,2 %
Folsäure	36,4 $\mu$ g	18 %	87,8 $\mu$ g	44,0 %
Niacin	2,4 mg (NE)	15 %	5,8 mg (NE)	36,3 %
Pantothensäure	0,87 mg	15 %	2,2 mg	36,7 %
Vitamin K	11,3 $\mu$ g	15 %	27,1 $\mu$ g	36,1 %
Kalium	304,0 mg	15 %	735 mg	36,8 %
Calcium	119,0 mg	15 %	287 mg	36,0 %
Magnesium	56,3 mg	15 %	136 mg	36,3 %
Phosphor	206,0 mg	29 %	497 mg	71,0 %
Eisen	2,1 mg	15 %	5,1 mg	36,4 %

Nährwerte	Pro 100 ml	% der RM* pro 100 ml	Pro Portion	% der RM* pro Portion
Zink	1,5 mg	15 %	3,6 mg	36,0 %
Mangan	0,3 mg	15 %	0,72 mg	36,0 %
Kupfer	0,15 mg	15 %	0,36 mg	36,0 %
Jod	25,4 µg	17 %	61,3 µg	40,9 %
Selen	8,2 µg	15 %	19,9µg	36,2 %
Molybdän	14,1 µg	28 %	34,1 µg	68 %
Linolsäure	0,5 g	/	1,2 g	/
Natrium	178 mg	/	429 mg	/

\* Tägliche Referenzmenge gemäß EU-Verordnung 1169/2011

### **Lagerungshinweis**

Die Aktivkost Yokebe Vanille sollte kühl, trocken und vor Licht geschützt gelagert werden.

### **Inhalt/Füllmenge**

1 x Aktivkost Yokebe Vanille Einzeldose, 500 g (entspricht 12 Portionen)

### **Zubereitungshinweis**

Als Ersatz für eine Mahlzeit (1 Portion) werden 5 gestrichene Messlöffel Yokebe Vanille in 200 ml lactosefreie, fettarme Flüssigkeit, z.B. lactosefreie Milch (1,5 % Fett) eingerührt und ½ TL (1,5 g) Pflanzenöl mit einem hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren (Sonnenblumen-, Distel- oder Traubenkernöl) hinzugegeben. Bitte geben Sie immer zuerst die Milch in den Shaker und erst dann das Pulver. Die Mischung gut umrühren oder schütteln. Das Befolgen des Zubereitungshinweises ist erforderlich.

### **Verträglichkeit/Hinweise**

- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme (2-3 Liter pro Tag).
- Bei Langzeitanwendung wird eine ärztliche Beratung empfohlen. Personen mit Lebensmittelallergien sollten ärztlichen Rat einholen.
- Kann Spuren von Hühnerei-Eiweiß enthalten.
- Die Aktivkost Yokebe Vanille ist glutenfrei und lactosefrei.
- Die Aktivkost Yokebe Vanille ist für Vegetarier geeignet.
- Bitte beachten Sie, dass die Yokebe-Diät nur im Rahmen einer kalorienreduzierten Ernährung den gewünschten Erfolg erzielen kann. Andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein.
- Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind Grundvoraussetzung für eine gute Gesundheit.
- Gewichtsabnahme mit Yokebe:  
Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten durch jeweils einen Yokebe-Shake trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zur Gewichtsabnahme bei. Das Ersetzen einer Hauptmahlzeit unterstützt Sie dabei, das verringerte Gewicht zu halten
- Um die genannten Effekte zu erzielen ist es erforderlich, Yokebe Vanille gemäß dem Zubereitungshinweis im Rahmen der Diätpläne zu verzehren.

### **Hersteller**

Naturwohl Pharma GmbH  
Benzstr. 25  
71083 Herrenberg

Bitte beachten Sie immer auch die Informationen auf dem Produkt.