



# PRODUKTINFORMATION

**Produktbezeichnung:** Yokebe Die Aktivkost Vanille  
**Produktgruppe:** Lebensmittel  
**Verkehrsbezeichnung:** Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung

**EAN:** 4250752206045  
**PZN:** 19213566  
**Artikelnummer:** 5000033597

**Zutaten:** Sojaproteinisolat (52,5 %), lactosereduziertes **Molken**proteinkonzentrat (20,5 %) (**Milch**), Honig (15,3 %), Maltodextrin (5,2 %), Aroma, Kaliumphosphat, Magnesiumhydroxid, Trennmittel Siliciumdioxid, Eisenphosphat, Vitamin C, Zinkgluconat, Vitamin E, Calciumphosphat, Niacin, Mangangluconat, Antioxidationsmittel DL-Alpha-Tocopherol, Panthothensäure, Vitamin B<sub>6</sub>, Farbstoff Beta-Carotin, Thiamin (Vitamin B<sub>1</sub>), Vitamin A, Kupfergluconat, Vitamin K, Natriumselenit, Riboflavin (Vitamin B<sub>2</sub>), Folsäure, Biotin, Kaliumjodid, Vitamin D, Vitamin B<sub>12</sub>

**Zur Zubereitung eines Mahlzeitersatzes für eine gewichtskontrollierende Ernährung (Dose vor dem ersten Öffnen schütteln):**

Als Ersatz für eine Mahlzeit werden 5 gestrichene Messlöffel (40 g) Yokebe Vanille in 200 ml laktosefreie, fettarme Flüssigkeit, z. B. laktosefreie 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 dann das Pulver. Die Mischung gut umrühren oder schütteln. Das Befolgen des Zubereitungshinweises ist erforderlich.

Durchschnittlicher Gehalt				
Nährwerte	Pro 100 g (reines Pulver)	% der RM** pro 100 g (reines Pulver)	Pro Portion (zubereitet mit 40 g Pulver + 200 ml laktosefreie fettarme Milch (1,5% Fett) + 1,5 g Sonnenblumenöl)	% der RM** pro Portion
Energie	1502 kJ (354	-	1042 kJ (249 kcal)	-
Fett	2,8 g	-	5,6 g	-
davon gesättigte Fettsäuren	1,5 g	-	2,9 g	-
Kohlenhydrate	21,4 g	-	18,1 g	-
davon Zucker	13,7 g	-	15,1 g	-
Ballaststoffe	0,5 g	-	0,2 g	-
Eiweiß	60,6 g	-	31 g	-
Salz	2,1 g	-	1,1 g	-

Nährwerte	Pro 100 g (reines Pulver)	% der RM** pro 100 g (reines Pulver)	Pro Portion (zubereitet mit 40 g Pulver + 200 ml laktosefreie fettarme Milch (1,5% Fett) + 1,5 g Sonnenblumenöl)	% der RM** pro Portion
Vitamin A (RE)	643 µg	80	285 µg	36
Vitamin D	3,6 µg	72	1,5 µg	30
Vitamin E (alpha-TE)	14,2 mg	118	6,7 mg	56
Vitamin K <sub>1</sub>	67,8 µg	90	27,1 µg	36
Vitamin C	62,5 mg	78	28,4 µg	36
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	0,78 mg	71	0,39 mg	35
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	0,4 mg	29	0,52 mg	37
Niacin (NE)	14,5 mg	91	6,0 mg	38
Vitamin B <sub>6</sub>	1 mg	71	0,5 mg	36
Folsäure	179 µg	90	87,7 µg	44
Vitamin B <sub>12</sub>	2,2 µg	88	1,7 µg	68
Biotin	37,3 µg	75	22,9 µg	46
Pantothensäure	3,9 mg	65	2,3 mg	38
Kalium	1065 mg	53	736 mg	37
Calcium	174 mg	22	305 mg	38
Phosphor	808 mg	115	505 mg	72
Magnesium	280 mg	75	136 mg	36
Eisen	12,6 mg	90	5,1 mg	36
Zink	7,1 mg	71	3,7 mg	37
Kupfer	0,88 mg	88	0,37 mg	37
Mangan	1,8 mg	90	0,74 mg	37
Selen	34,4 µg	63	19,8 µg	36
Jod	95 µg	63	61,4 µg	41

\* 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)

### Verträglichkeit/Hinweise

- Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme (2-3 Liter pro Tag).
- Bei Langzeitanwendung wird eine ärztliche Beratung empfohlen. Personen mit Lebensmittelallergien oder bestehenden Erkrankungen 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.
- Dieses Produkt hat einen hohen Gehalt an Vitamin E (6,7 mg pro Portion bei Zubereitung mit Sonnenblumenöl). Nehmen Sie keine zusätzlichen Vitamin-E-Präparate ein.
- 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  
Königstraße 26  
DE-70173 Stuttgart

Bitte beachten Sie immer auch die Informationen auf dem Produkt und im Beipackzettel.