

Nährwerte & Zutaten

Start Shakes



Start Shake Vanille	02
Start Shake Schoko	03
Start Shake Caramel Macchiato	04

Start Shake Vanille

Geschmacksrichtung Vanille

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheisweiss, Mager**milch**pulver, Maltodextrin, Mais-Dextrin, Calciumcaseinat (enthält **Milch**), **Soja**öl, Aroma (enthält **Laktose**), Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Kaliumphosphat, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Speisesalz, Säuerungsmittel (L(+)-Weinsäure), Cholin, Vanilleschotenpulver (0.1%), Trennmittel (Siliciumdioxid), L-Ascorbinsäure, Magnesiumoxid, Eisen(II)-Sulfat, Süßungsmittel (Sucralose), Kupfer(II)-gluconat, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, D-alpha-Tocopherylacetat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Zinkoxid, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Farbstoff (Beta-Carotin), Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, Natriummolybdat, Phyllochinon, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.
Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

	Pro 100g Pulver	Pro Portion (46g Pulver in 200ml Wasser)	Pro Tagesration (5 Portionen)
Nährwerte:			
Brennwert (kJ)	1626 kJ	748 kJ	3740 kJ
Brennwert (kcal)	386 kcal	177 kcal	889 kcal
Fett	10.6 g	4.9 g	24.4 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.3 g	1.0 g	5.2 g
Kohlenhydrate	27.6 g	12.7 g	63.5 g
davon Zucker	13.9 g	6.4 g	32 g
Ballaststoffe	7.7 g	3.5 g	17.6 g
Eiweiss	40.8 g	18.8 g	93.8 g
Salz	0.73 g	0.34 g	1.7 g
Vitamine:			
Vitamin A	488 µg RE ¹	224 µg RE ¹	1124 µg RE ¹
Vitamin D3	4.8 µg	2.2 µg	10.9 µg
Vitamin E	10 mg	4.6 mg	23.1mg
Vitamin C	58 mg	26.7 mg	133 mg
Thiamin	0.69 mg	0.32 mg	1.6 mg
Riboflavin	1.5 mg	0.71 mg	3.5 mg
Niacin	9.0 mg NE ²	4.1 mg NE ²	20.6 mg NE ²
Vitamin B6	0.84 mg	0.38 mg	1.9 mg
Folat	382 µg DFE ³	176 µg DFE ³	880 µg DFE ³
Vitamin B12	4.2 µg	1.9 µg	9.6 µg
Biotin	33.8 µg	15.6 µg	77.8 µg
Pantothensäure	4.1 mg	1.9 mg	9.3 mg
Vitamin K	55.9 µg	25.7 µg	128 µg
Mineralstoffe:			
Calcium	1106 mg	508 mg	2544 mg
Phosphor	1199 mg	551 mg	2759 mg
Kalium	1417 mg	651 mg	3259 mg
Eisen	5.8 mg	2.6 mg	13.2 mg
Zink	5.1 mg	2.3 mg	11.6 mg
Kupfer	0.77 mg	0.36 mg	1.8 mg
Jod	101 µg	46.7 µg	233 µg
Selen	67.4 µg	31.0 µg	154 µg
Magnesium	84.4 mg	38.8 mg	194 mg
Mangan	1.7 mg	0.76 mg	3.8 mg
Chlorid	454 mg	209 mg	1045 mg
Molybdän	33.5 µg	15.4 µg	77 µg
Natrium	292 mg	134 mg	671 mg
Zusätzliche Nährwertinformationen:			
Linolsäure	5.4 g	2.5 g	12.3 g
alpha-Linolsäure	0.6 g	0.3 g	1.4 g
Cholin	180 mg	83.2 mg	416 mg

Start Shake Schoko

Geschmacksrichtung Schoko

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheisweiss, Mager**milch**pulver, Maltodextrin, Mais-Dextrin, **Soja**öl, Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), Kakaopulver (3.7%), Aroma, Kaliumphosphat, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Speisesalz, Säuerungsmittel (L(+)-Weinsäure), Cholin, Trennmittel (Siliciumdioxid), L-Ascorbinsäure, Süßungsmittel (Sucralose), Magnesiumoxid, Eisen(II)-Sulfat, Kupfer(II)-gluconat, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, D-alpha-Tocopherylacetat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Zinkoxid, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, Natriummolybdat, Phyllochinon, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

	Pro 100g Pulver	Pro Portion (46g Pulver in 200ml Wasser)	Pro Tagesration (5 Portionen)
Nährwerte:			
Brennwert (kJ)	1623 kJ	746 kJ	3734 kJ
Brennwert (kcal)	386 kcal	177 kcal	888 kcal
Fett	11.4 g	5.2 g	26.2 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.7 g	1.3 g	6.3 g
Kohlenhydrate	23.9 g	11 g	54.9 g
davon Zucker	12.8 g	5.9 g	29.4 g
Ballaststoffe	9.3 g	4.3 g	21.3 g
Eiweiss	41.7 g	19.2 g	95.9 g
Salz	0.72 g	0.33 g	1.7 g
Vitamine:			
Vitamin A	487 µg RE ¹	224 µg RE ¹	1121 µg RE ¹
Vitamin D3	5.2 µg	2.4 µg	12 µg
Vitamin E	11.2 mg	5.1 mg	25.7 mg
Vitamin C	63.7 mg	29.3 mg	146 mg
Thiamin	0.76 mg	0.35 mg	1.8 mg
Riboflavin	1.7 mg	0.78 mg	3.9 mg
Niacin	10.7 mg NE ²	4.9 mg NE ²	24.6 mg NE ²
Vitamin B6	0.92 mg	0.42 mg	2.1 mg
Folat	255 µg DFE ³	117 µg DFE ³	585 µg DFE ³
Vitamin B12	4.7 µg	2.2 µg	10.8 µg
Biotin	37.2 µg	17.1 µg	85.6 µg
Pantothensäure	4.6 mg	2.1 mg	10.5 mg
Vitamin K	61.5 µg	28.3 µg	141 µg
Mineralstoffe:			
Calcium	1111 mg	511 mg	2557 mg
Phosphor	1224 mg	563 mg	2815 mg
Kalium	1602 mg	737 mg	3686 mg
Eisen	7.2 mg	3.3 mg	16.6 mg
Zink	5.3 mg	2.4 mg	12.2 mg
Kupfer	0.92 mg	0.42 mg	2.1 mg
Jod	101 µg	46.7 µg	233 µg
Selen	67.4 µg	31.0 µg	154 µg
Magnesium	102 mg	47.3 mg	236 mg
Mangan	1.8 mg	0.84 mg	4.2 mg
Chlorid	454 mg	209 mg	1045 mg
Molybdän	33.5 µg	15.4 µg	77 µg
Natrium	292 mg	134 mg	672 mg
Zusätzliche Nährwertinformationen:			
Linolsäure	5.4 g	2.5 g	12.3 g
alpha-Linolsäure	0.6 g	0.3 g	1.4 g
Cholin	181 mg	83.3 mg	416 mg

Start Shake Caramel Macchiato

Geschmacksrichtung Karamell-Kaffee

precon
Macht das Leben leichter

Zutaten:

Milcheisweiss, Mager**milch**pulver, Maltodextrin, Calciumcaseinat (enthält **Milch**), Mais-Dextrin, Aroma (enthält **Laktose**), Emulgator (Lecithine (enthält **Soja**)), **Soja**öl, Kaffee-Extrakt-Pulver (2.5%), Kaliumphosphat, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Kakaopulver (0.7%), Speisesalz, Säuerungsmittel (L(+)-Weinsäure), Cholin, Trennmittel (Siliciumdioxid), L-Ascorbinsäure, Süßungsmittel (Sucralose), Magnesiumoxid, Eisen(II)-Sulfat, Kupfer(II)-gluconat, Mangan(II)-sulfat, Nicotinamid, D-alpha-Tocopherylacetat, Antioxidationsmittel (DL-alpha-Tocopherol), Calcium-D-pantothenat, Zinkoxid, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, Natriumjodid, Natriummolybdat, Phyllochinon, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Kann Spuren von Gluten, Ei und Erdnüssen enthalten.

	Pro 100g Pulver	Pro Portion (46g Pulver in 200ml Wasser)	Pro Tagesration (5 Portionen)
Nährwerte:			
Brennwert (kJ)	1623 kJ	746 kJ	3732 kJ
Brennwert (kcal)	386 kcal	177 kcal	887 kcal
Fett	10.8 g	5.0 g	24.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	2.4 g	1.1 g	5.5 g
Kohlenhydrate	26.1 g	12.0 g	60.0 g
davon Zucker	13.2 g	6.1 g	30.4 g
Ballaststoffe	8.5 g	3.9 g	19.6 g
Eiweiss	41.5 g	19.1 g	95.3 g
Salz	0.77 g	0.35 g	1.8 g
Vitamine:			
Vitamin A	443 µg RE ¹	203 µg RE ¹	1019 µg RE ¹
Vitamin D3	4.8 µg	2.2 µg	10.9 µg
Vitamin E	10 mg	4.6 mg	23.1 mg
Vitamin C	57.9 mg	26.6 mg	133 mg
Thiamin	0.69 mg	0.32 mg	1.6 mg
Riboflavin	1.5 mg	0.71 mg	3.5 mg
Niacin	9.1 mg NE ²	4.2 mg NE ²	21.0 mg NE ²
Vitamin B6	0.84 mg	0.39 mg	1.9 mg
Folat	382 µg DFE ³	176 µg DFE ³	880 µg DFE ³
Vitamin B12	4.2 µg	1.9 µg	9.7 µg
Biotin	33.8 µg	15.6 µg	77.8 µg
Pantothensäure	4.1 mg	1.9 mg	9.4 mg
Vitamin K	55.9 µg	25.7 µg	128 µg
Mineralstoffe:			
Calcium	1107 mg	509 mg	2546 mg
Phosphor	1204 mg	553 mg	2769 mg
Kalium	1451 mg	667 mg	3338 mg
Eisen	6.0 mg	2.8 mg	13.8 mg
Zink	5.1 mg	2.3 mg	11.7 mg
Kupfer	0.80 mg	0.37 mg	1.8 mg
Jod	101 µg	46.7 µg	233 µg
Selen	67.4 µg	31.0 µg	154 µg
Magnesium	87.8 mg	40.4 mg	201 mg
Mangan	1.7 mg	0.78 mg	3.9 mg
Chlorid	454 mg	209 mg	1045 mg
Molybdän	33.5 µg	15.4 µg	77 µg
Natrium	308 mg	141 mg	709 mg
Zusätzliche Nährwertinformationen:			
Linolsäure	5.4 g	2.5 g	12.3 g
alpha-Linolsäure	0.6 g	0.3 g	1.4 g
Cholin	180 mg	83.2 mg	416 mg

¹RE–Retinol-Äquivalente

²NE–Niacin-Äquivalente

³DFE–Diätetische Folat-Äquivalente: 1 µg DFE = 1 µg Nahrungsfolat = 0,6 µg Folsäure aus Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung