

Nährwerttabelle für Zone Vital Riegel, Geschmack Apfel-Zimt

Durchschnittlicher Gehalt Analyse moyenne	pro/pour 100 g	% RDA* % AJR*	pro Riegel par barre (55 g)	% RDA* % AJR*
Brennwert/Valeur énergétique	378 kJ / (1593 kcal)		208 kJ / (876 kcal)	
Eiweiss/protéines	28 g		15,4 g	
Kohlenhydrate/Glucides	45 g		24,8 g	
davon Zucker/dont sucre	18,8 g		10,3 g	
Fett/Lipides	9,5 g		5,2 g	
davon gesättigte Fettsäuren/dont a. g. saturé	2,3 g		1,3 g	
davon Linolsäure/dont acide linoléique	2,5 g		1,4 g	
Ballaststoffe/Fibres	2,5 g		1,5 g	
Natrium/Sodium	0,34 g		0,19 g	
Kalium/potassium	913 mg		502 mg	
Mangan/manganèse	0,63 mg		0,35 mg	
Kupfer/cuivre	0,61 mg		0,34 mg	
Selen/sélénium	30 µg	60 %	16,5 µg	33 %
Calcium	390 mg	49 %	215 mg	27 %
Phosphor/phosphore	359 mg	45 %	197 mg	25 %
Eisen/fer	9,2 mg	66 %	5,1 mg	36 %
Magnesium/magnésium	85 mg	28 %	47 mg	16 %
Zink/zinc	5,6 mg	37 %	3,1 mg	21 %
Jod/jode	73 µg	49 %	40 µg	27 %
Vitamin/e A	774 µg	97 %	426 µg	53 %
Vitamin/e D	3,1 µg	62 %	1,7 µg	34 %
Vitamin/e E	12,1 mg	121 %	6,7 mg	67 %
Vitamin/e C	55 mg	92 %	30 mg	50 %
Vitamin/e B1	1,33 mg	95 %	0,73 mg	52 %
Vitamin/e B2	1,46 mg	91 %	0,80 mg	50 %
Vitamin/e PP	16,4 mg	91 %	9 mg	50 %
Vitamin/e B5	5,5 mg	92 %	3 mg	50 %
Vitamin/e B6	1,84 mg	92 %	1,01 mg	51 %
Vitamin/e B8	0,137 mg	91 %	0,075 mg	50 %
Vitamin/e B9	186 µg	93 %	102 µg	51 %
Vitamin/e B12	0,91 µg	91 %	0,50 µg	50 %

*Prozentangabe der empfohlenen Tagesdosis / Pourcentage donnés en référence aux valeurs européennes recommandées

Nährwerttabelle für Zone Vital Riegel, Geschmack Erdbeere

Durchschnittlicher Gehalt Analyse moyenne	pro/pour 100 g	% RDA* % AJR*	pro Riegel par barre (55 g)	% RDA* % AJR*
Brennwert/Valeur énergétique	386 kJ / (1626 kcal)		212 kJ / (894 kcal)	
Eiweiss/protéines	26 g		14,3 g	
Kohlenhydrate/Glucides	45,7 g		25,1 g	
davon Zucker/dont sucre	22,5 g		12,4 g	
Fett/Lipides	12 g		6,6 g	
davon gesättigte Fettsäuren/dont a. g. saturé	4,9 g		2,7 g	
davon Linolsäure/dont acide linoléique	2,2 g		1,2 g	
Ballaststoffe/Fibres	3 g		1,7 g	
Natrium/Sodium	0,31 g		0,17 g	
Kalium/potassium	911 mg		501 mg	
Mangan/manganèse	0,58 mg		0,32 mg	
Kupfer/cuivre	0,61 mg		0,34 mg	
Selen/sélénium	30,1 µg	60 %	16,6 µg	33 %
Calcium	382 mg	48 %	210 mg	26 %
Phosphor/phosphore	338 mg	42 %	186 mg	23 %
Eisen/fer	9,1 mg	65 %	5 mg	36 %
Magnesium/magnésium	83 mg	28 %	45 mg	15 %
Zink/zinc	5,5 mg	37 %	3 mg	20 %
Jod/jode	77 µg	51 %	42 µg	28 %
Vitamin/e A	780 µg	98 %	429 µg	54 %
Vitamin/e D	3,2 µg	64 %	1,8 µg	36 %
Vitamin/e E	12,1 mg	121 %	6,7 mg	67 %
Vitamin/e C	54,6 mg	91 %	30 mg	50 %
Vitamin/e B1	1,35 mg	96 %	0,74 mg	53 %
Vitamin/e B2	1,52 mg	95 %	0,84 mg	53 %
Vitamin/e PP	16,4 mg	91 %	9 mg	50 %
Vitamin/e B5	5,6 mg	93 %	3,1 mg	52 %
Vitamin/e B6	1,85 mg	93 %	1,02 mg	51 %
Vitamin/e B8	0,137 mg	91 %	0,075 mg	50 %
Vitamin/e B9	187 µg	94 %	103 µg	52 %
Vitamin/e B12	0,97 µg	97 %	0,53 µg	53 %

*Prozentangabe der empfohlenen Tagesdosis / Pourcentage donnés en référence aux valeurs européennes recommandées

Nährwerttabelle für Zone Vital Riegel, Geschmack Himbeere

Durchschnittlicher Gehalt Analyse moyenne	pro/pour 100 g	% RDA* % AJR*	pro Riegel par barre (55 g)	% RDA* % AJR*
Brennwert/Valeur énergétique	390 kJ / (1641 kcal)		214 kJ / (903 kcal)	
Eiweiss/protéines	26,5 g		14,6 g	
Kohlenhydrate/Glucides	45 g		24,8 g	
davon Zucker/dont sucre	27 g		15 g	
Fett/Lipides	11,5 g		6,3 g	
davon gesättigte Fettsäuren/dont a. g. saturé	4,6 g		2,5 g	
davon Linolsäure/dont acide linoléique	2,4 g		1,3 g	
Ballaststoffe/Fibres	4 g		2,2 g	
Natrium/Sodium	0,31 g		0,17 g	
Kalium/potassium	913 mg		502 mg	
Mangan/manganèse	0,58 mg		0,32 mg	
Kupfer/cuivre	0,64 mg		0,35 mg	
Selen/sélénium	30,4 µg	60 %	16,7 µg	33 %
Calcium	388 mg	48,5 %	213 mg	27 %
Phosphor/phosphore	352 mg	44 %	194 mg	24 %
Eisen/fer	9,2 mg	66 %	5,1 mg	36 %
Magnesium/magnésium	82 mg	27 %	45 mg	15 %
Zink/zinc	5,1 mg	35 %	2,9 mg	19 %
Jod/jode	77 µg	51 %	42 µg	28 %
Vitamin/e A	778 µg	97 %	428 µg	53,5 %
Vitamin/e D	3,2 µg	64 %	1,8 µg	36 %
Vitamin/e E	12 mg	120 %	6,6 mg	66 %
Vitamin/e C	54,6 mg	91 %	30 mg	50 %
Vitamin/e B1	1,35 mg	96 %	0,74 mg	53 %
Vitamin/e B2	1,51 mg	94 %	0,83 mg	52 %
Vitamin/e PP	16,4 mg	91 %	9 mg	50 %
Vitamin/e B5	5,6 mg	93 %	3,1 mg	52 %
Vitamin/e B6	1,84 mg	92 %	1,01 mg	50,5 %
Vitamin/e B8	0,137 mg	91 %	0,075 mg	50 %
Vitamin/e B9	187 µg	93,5 %	103 µg	51,5 %
Vitamin/e B12	0,96 µg	96 %	0,53 µg	53 %

*Prozentangabe der empfohlenen Tagesdosis / Pourcentage donnés en référence aux valeurs européennes recommandées