

## 6K-Soja-Protein-Drink Vanille (632)

Nähr- und Brennwertangaben :					
			RDA*		RDA*
	pro 100 g		pro	Portion	pro
	Pulver		100 g	20 g	Portion
Energie (Kilokalorien)	368	E		74	E
Energie (Kilojoule)	1543	E		309	E
Eiweiß (Protein)	81,4	g		16,3	g
Kohlenhydrate. resorbierbare	1,4	g		0,28	g
Fett	0,63	g		0,13	g
Proteinheiten	0,1	BE		0,0	BE
<b>Fettlösliche Vitamine:</b>					
Vitamin A - Retinol	2000,1	ug	250%	400,0	ug 50%
Vitamin A - Beta-Carotin	2046,7	ug		409,3	ug
Vitamin E - Alpha-Tocopherol	25,0	mg	250%	5,0	mg 50%
Vitamin K - Phyllochinon	0,81	ug		0,16	ug
<b>Wasserlösliche Vitamine:</b>					
Vitamin B1 - Thiamin	3,6	mg	257%	0,72	mg 51%
Vitamin B2 - Riboflavin	4,2	mg	262%	0,84	mg 52%
Vitamin B3 - Niacin.Nicotinsäure	45,4	mg	252%	9,1	mg 50%
Vitamin B5 - Pantothensäure	15,1	mg	252%	3,0	mg 50%
Vitamin B6 - Pyridoxin	5,3	mg	263%	1,1	mg 53%
Vitamin B7 - Biotin (Vit. H)	0,39	mg	261%	0,08	mg 52%
Vitamin B9 - gesamte Folsäure	1030,5	ug	515%	206,1	ug 103%
Vitamin B12 - Cobalamin	2,4	ug	245%	0,49	ug 49%
Vitamin C - Ascorbinsäure	148,5	mg	248%	29,7	mg 50%
<b>Mineralstoffe:</b>					
Natrium	0,09	g		0,02	g
Kalium	1770,7	mg		354,1	mg
Calcium	186,0	mg	23%	37,2	mg 5%
Magnesium	806,2	mg	269%	161,2	mg 54%
Phosphor	630,4	mg	79%	126,1	mg 16%
Schwefel	370,65	mg		74,13	mg
Eisen	42,3	mg	302%	8,5	mg 60%
Zink	40,7	mg	271%	8,1	mg 54%
Kupfer	1858,8	ug		371,8	ug
Mangan	5033,2	ug		1006,6	ug
Fluor	105,74	ug		21,15	ug
Jod	356,2	ug	237%	71,23	ug
Selen	70,95	ug		14,19	ug
* RDA = empfohlener Tagesbedarf					

**Krafticus**  
**6K-Soja-Protein-Drink Vanille (632)**

16.01.2006

		RDA*		pro		RDA*
	pro 100 g		pro	Portion		pro
	Pulver		100 g	20 g		Portion
<b>Essentielle Aminosäuren:</b>						
Isoleucin	3,8 g			0,75 g		
Leucin	6,1 g			1,2 g		
Lysin	4,9 g			1,0 g		
Valin	3,9 g			0,79 g		
Phenylalanin	3,8 g			0,76 g		
Threonin	3,2 g			0,64 g		
Methionin	1,1 g			0,23 g		
Tryptophan	0,9 g			0,18 g		
<b>Semiessentielle Aminosäuren:</b>						
Histidin	1,9 g			0,38 g		
Cystein	1,4 g			0,27 g		
<b>Sonstige Aminosäuren:</b>						
Glutaminsäure	17,2 g			3,4 g		
Asparaginsäure	8,6 g			1,7 g		
Arginin	6,0 g			1,2 g		
Prolin	5,2 g			1,0 g		
Serin	4,3 g			0,85 g		
Alanin	3,3 g			0,67 g		
Glycin	3,3 g			0,66 g		
Tyrosin	2,9 g			0,59 g		