

NÄHRWERTTABELLE

Nährwertangaben	pro 100 g	pro Riegel (55 g)
Energie kJ (kcal)	1384 (327)	761 (180)
Fett	3,1 g	1,7 g
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g	0,4 g
Kohlenhydrate	67 g	37 g
davon Zucker	39 g	21 g
Ballaststoffe	3,7 g	2,0 g
Eiweiß	5,2 g	2,9 g
Salz	0,46 g	0,25 g
Natrium	182 ma	100 ma

ZUTATENLISTE

Apfelsaftkonzentrat*, Kartoffelflocken*, Reissirup*, **Haferflocken***, Fruktose-Sirup, weißes Traubensaftkonzentrat, Stärke*, Apfelpüreekonzentrat*, Mangosaftkonzentrat* (4%), Dattelsaftkonzentrat*, gemahlene **Mandeln***, Zucker, **Sojaeiweiß***, **Laktose**, Ananassaftkonzentrat* (0,5%), Karottensaftkonzentrat*, Natriumchloride*, Geliemittel (Pektine), natürliche Aromen*, Säuerungsmittel (Citronensäure), Palmfett. Kann Spuren von **anderen Nüssen** und **Erdnüssen** enthalten. * natürliche Zutaten

VERZEHREMPFEHLUNG

- 1 Riegel in der Stunde vor dem Sport
- Während des Ausdauersports, werden bis zu 90g Kohlenhydrate pro Stunde, abhängig von Intensität und Dauer empfohlen. 1 PowerBar ENERGIZE liefert circa 36g Kohlenhydrate.
- Zusätzlich zu einer abwechslungsreichen und ausgewogenen Ernährung und einer gesunden Lebensweise. 1-4 Riegel pro Tag.