Kräuterhaus
Sanct Bernhard

Der Spezialist für Naturheilmittel und Kosmetik.
Seit **1903** im Dienste der Gesundheit.

En-cas et petit déjeuner au son d'avoine

Mélange de céréales croquantes et croustillantes
pour un départ plein de santé dans la journée

Fibres alimentaires et hydrates de carbone bons pour la santé

- pour un bon départ dans la journée
- pour un taux de cholestérol normal et sain

Bon à savoir : Mélange de céréales croquantes et croustillantes pour débuter la journée par un repas sain et riche en fibres alimentaires et hydrates de carbone.

Notre corps est soumis à des exigences extrêmes imposées par la vie professionnelle, l'école, le stress quotidien ainsi que par de longues stations assises. Un petit déjeuner savoureux et sain, riche en fibres alimentaires et hydrates de carbone, peut participer considérablement à améliorer notre bien-être et nos performances physiques et mentales.
En outre, le son d'avoine contient du bêta-glucane, fibre alimentaire soluble typique de l'avoine qui contribue à maintenir un taux normal de cholestérol dans le sang lors de la prise quotidienne de 3 g.

Ingrédients : Son d'avoine (70 %), farine de maïs, dextrose, **extrait de malt d'orge**, sel de table.

Valeurs nutritives en moyenne	**par portion de 45 g**	**% du besoin journalier recommandé en VNR***	**par 100 g**
Valeurs caloriques	725 kJ/172 kcal	—	1611 kJ/383 kcal
Lipides	3,0 g	—	6,6 g
dont			
- acides gras saturés	0,6 g	—	1,4 g
- acides gras monoinsaturés	1,4 g	—	3,2 g
- acides gras polyinsaturés	0,9 g	—	2,0 g
Glucides	26,6 g	—	59,0 g
dont			
- sucres	5,0 g	—	11,0 g
Fibres alimentaires	6,0 g	—	13,4 g
Protides	6,8 g	—	15,0 g
Sel	0,2 g	—	0,5 g
Vitamine B1	0,21 mg	19 %	0,46 mg
Phosphore	282,2 mg	40 %	627 mg
Fer	2,9 mg	21 %	6,4 mg
Magnésium	104,9 mg	28 %	233 mg
Zinc	1,9 mg	19 %	4,2 mg

*VNR = valeur nutritionnelle de référence pour l'apport quotidien fixé par la directive (UE) no. 1169/2011
[1] dont 6,0 g/100 g bêta-glucane.

Posologie recommandée : Pour un petit-déjeuner nourrissant, nous conseillons environ 5 cuillères à soupe bombées (env. 45 g) d'en-cas et petit déjeuner au son d'avoine. Délicieux avec du lait, du yaourt, du fromage blanc, ajouté au musli ou à grignoter. Les aliments contenant des fibres alimentaires gonflent en absorbant l'eau contenue dans les aliments, il est donc très important de boire suffisamment, au moins 2 litres par jour.

La consommation de ce produit ne remplace ni une alimentation équilibrée et variée ni un mode de vie sain.

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstraße 47
73342 Bad Ditzenbach

Sitz der Gesellschaft: 73342 Bad Ditzenbach
Geschäftsführer: Elmar Schulz, Sally Wagner
Amtsgericht Ulm/Donau HRA 541000

Telefon 0 73 34/96 54 0
Telefax 0 73 34/96 54 44
info@kraeuterhaus.de

www.kraeuterhaus.de
Ust-ID-Nr. DE 205872348

Conserver au frais et au sec.

Contenu 500 g

(= au moins 11 portions à 45 g)

Article n° 1774

Fo1225

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstraße 47
73342 Bad Ditzenbach

Sitz der Gesellschaft: 73342 Bad Ditzenbach
Geschäftsführer: Elmar Schulz, Sally Wagner
Amtsgericht Ulm/Donau HRA 541000

Telefon 0 73 34/96 54 0
Telefax 0 73 34/96 54 44
info@kraeuterhaus.de

www.kraeuterhaus.de
Ust-ID-Nr. DE 205872348