

OMEGA 3 - 6

Nährwertangaben pro Portion (4.65g)

Nährstoffdaten	Pro Portion (4.65g)	% pro Portion (*)
Energiewert	171 kJ	2 %
	42 kcal	
Fett	4.6 g	7 %
Davon gesättigte Fettsäuren	0.6 g	3 %
- einfach ungesättigte Fettsäuren	0.9 g	
- mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3.1 g	
Davon Omega-3-Fettsäuren	398 mg	
- davon DHA	126 mg	
ALA	272 mg	
Omega-6-Fettsäuren (GLA, LA)	435 mg	
- davon GLA	388 mg	
LA	47 mg	
Kohlenhydrate	0 g	0 %
Davon Zucker	0 g	0 %
Eiweiss	0 g	0 %
Salz	0 g	0 %
Vitamine		
Vitamin E gesamt	15.1 mg	126 %
Vitamin K2	200 µg	267 %
Vitamin D3	20 µg	400 %

(*) Prozentsatz der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr von Energie und Nährstoffen für einen durchschnittlichen Erwachsenen.

Achtung bei Vitamin K Präparaten. Falls du Antikoagulantien brauchst, rede vor der Einnahme dieses Produkts mit deinem Arzt.