

PLANTA BASE *plus*

Nährwert		100 g	9,45 g	12,15 g	
Brennwert		1530 kJ/362 kcal	144,6kJ/34 kcal	185,9 kJ/45 kcal	
Eiweiss		12,2 g	1,153 g	1,48 g	
Kohlenhydrate		63,1 g	5,96 g	7,67 g	
Fett		6,7 g	0,63 g	0,81 g	
Mineralstoffe	100 g	9,45 g	(*) RDA	12,15 g	(*) RDA
Kalzium (Ca)	2,67 g	250 mg	32,25 %	330 mg	41,25 %
Magnesium (Mg)	940 mg	88,88 mg	29,63 %	114 mg	38 %
Phosphor	2133 mg	201,57mg	25,20%	260 mg	32,45 %
Eisen (Fe)	47 mg	4,44 mg	31,71 %	5,72 mg	40,82 %
Kalium	5 g	470 mg	23,50 %	615 mg	30,75 %
Silicium	1,7 mg	160 µg	--- %	206 µg	---%
Zink	40 mg	3,78 mg	25,20 %	4,86 mg	32,4 %
Vitamine	100 g	9,45 g	(*) RDA	12,15 g	(*) RDA
B1	3,5 mg	330 µg	23,67 %	426 µg	30,44 %
B2	4,0 mg	378 µg	23,63 %	486 µg	30,38 %
B6	5,0 mg	473 µg	23,63 %	608 µg	30,38 %
B12	2,9 µg	0,274 µg	26,83 %	0,35 µg	35 %
Biotin	566 µg	53,487 µg	35,67 %	69 µg	45,86 %
Folsäure	867 µg	81,93 µg	40,97 %	105 µg	52,68 %
Pantothensäure	18 mg	1,70 mg	28,39 %	2,19 mg	36,50 %
% RDA = prozentualer Anteil der empfohlenen Tagesdosis laut NKV (Nährwertkennzeichnungsverordnung)					

*RDA Silicium nicht definiert, daher keine %Angabe RDA möglich