

Grönsaks-Currysoppa "India"

Dietetisk instant soppulver "India"/Instant Indisk Grönsags-karrysuppe

Som måltidsersättning för viktkontroll/
Måltidsersättning til vægtkontrol. Laktofri

INGREDIENSER

Kollagenhydrolysat, potatisflingor/kartoffelflager, stärkelse/stivelse, smaken ur soja och majs/grönsagsboullion med soja och majs, emulgeringsmedel (sojalecitin), vegetabilisk olja, torkad lök/törrede løg, torkad majs/törrede majs, curry (1,5 %), vitaminer (askorbinsyra, DL-alfatokoferol, nikotinamid, riboflavin, kalcium-D-pantotenat, pyridoxinhydroklorid, tiaminmononitrat, retinylacetat, folsyra, biotin, kolecalciferol, cyanokobalamin), mineraler (natriumklorid, trikalciumfosfat, dikalciumfosfat, magnesiumhydroxid, järndifosfat, kopparglucolat, zinkoxid, mangansulfat, natriumjodid, natriumselenit), aromämnen/aroma, torkade champinjoner/törrede champinjoner, torkad purjolök/törrede purlog, färvestof (kurkumin), mjölkäggvita/mælkeprotein, maltodextrin, konsistensmedel (kisel-dioxid/silicium-dioxid), l-metionin, l-histidin, l-tryptofan, sötningsmedel/sødestof (sackarin), antioxidationsmedel (askorbinsyra)

TILLREDNING / TILBEREDNING

Rör ner 4 rägade matskedar/spiseskeer (57 g pulver) i 300 ml hett/varmt vatten. Använd därför ett kärl/beholder som rymmer/rummer mer än/mer end 300 ml. Efter en kort nerkyllning/nedkøling och förnyad/fornyset omrörning kan soppan serveras. Använd soppan som en ersättning för, middag/frokost eller kvällsmål/aftensmad.

UPPLYSNINGAR

Tänk på att/Vær opmærksom på du alltid, under din dietperiod, dricker tillräckligt/tilstrækkeligt med vätska/væske. Det erfordras/Du bør drikke cirka 2-3 liter kalorifri dryck/drik dagligen/dagligt och denna bör bestå av mineralvatten/vand eller osökrat te/usødet te. Figuactiv dietetisk närings-soppa innehåller alla nödvändiga näringsämnen/næringsstoffer, i tillräckligt/tilstrækkelig mängd/mængde, för en måltid. Produkten är tillverkad/produceret som ett kalorireducerat näringsmedel/levnedsmiddel. Kosten bör därför innehålla andra näringsämnen/levnedsmidler. Intas vanlig kost som komplement till denna produkt, bör den vara kalorisnål / Produktet har kun den ønskede virkning som led i en energifattig kost.

Skaka om burken före användning. Dåsen bør rystes før anvendelse. Fyllnadsvolymen svarar till nettovikten. Förvaras kallt och torrt efter att burken öppnats /Opbevares tørt og køligt efter dåsens åbning.

Tillverkningsland/Produceret i: Tyskland.
Bäst före datum och Tillverkningsnummer: Se burkens undersida/
Mindst holdbar til og med, samt Lot nr: Se dåsens bund

Nettoinnehåll: e 500g

LR Health & Beauty Systems GmbH
Kruppstraße 55 · D-59227 Ahlen
Tyskland · www.LRworld.com

LR

FigU activ



Serveringsförslag/
Serveringsförslag

ÖVERSIKT AV NÄRINGSINNEHÅLL/ OVERSIGT OVER NÆRINGSINDHOLD

	Per 100 gram	% RDA* %ADT	Per portion**	% RDA* %ADT
Näringsvärde/ Næringsværdi	1540 kJ (366 kcal)		878 kJ (208 kcal)	
Protein	30 g		17 g	
Kolhydrat/Kulhydrat	37 g		21 g	
- varav socker/heraf sukker	3,4 g		1,9 g	
- varav fruktos/heraf fruktose	0,1 g		0,06 g	
- varav laktos/heraf laktose	0,0 g		0,0 g	
Fett/Fedt	11 g		6,3 g	
- varav mättat fett/ heraf mættet fedt	2,5 g		1,4 g	
- varav fleromättade/ heraf flerumættet fettsyrer	3,0 g		1,7 g	
Kostfibre	4,5 g		2,6 g	
Natrium	2,6 g	Ikke fastlagt	1,5 g	Ikke fastlagt
Vitamin A	600 µg	75	342 µg	43
Vitamin D ₃	3,0 µg	60	1,7 µg	34
Vitamin E	6,0 mg	60	3,4 mg	34
Vitamin C	50 mg	83	29 mg	48
Vitamin B ₁	0,9 mg	64	0,5 mg	37
Vitamin B ₂	1,1 mg	69	0,6 mg	39
Niacin	10,8 mg	60	6,2 mg	34
Vitamin B ₆	1,2 mg	60	0,7 mg	34
Folsyra / Folsyre	120 µg	60	68 µg	34
Vitamin B ₁₂	0,8 µg	80	0,5 µg	46
Biotin	35 µg	23	20 µg	13
Pantotensyra / Pantotensyre	2,0 mg	33	1,1 mg	19
Calcium	430 mg	54	245 mg	31
Fosfor	620 mg	78	353 mg	44
Kalium	890 mg	Ikke fastlagt	507 mg	Ikke fastlagt
Järn / Jern	14 mg	100	8,0 mg	57
Magnesium	170 mg	57	97 mg	32
Selen	35 µg	88	20 µg	50
Mangan	1,0 mg	56	0,6 mg	33
Zink	6,9 mg	46	3,9 mg	26
Jod	100 µg	67	57 µg	38
Koppar / Kobber	0,8 mg	89	0,5 mg	56

* RDA % i rekommenderad dagsdos / ADT % anbefalet daglig tilførsel for voksne samt børn over 14år

** 57 g + 300 ml vatten/vand. Genomsnittligt näringsvärde/næringsværdi per 100 ml färdig soppa: 244 kJ (58 kcal)