

Multi für Schwangere + DHA MensSana

Inhaltsstoffe	pro TD**	NRV %*/TD**	Internationale Einheiten I.E.
Pulverkapsel:			
Beta-Carotin	2 mg		
entspricht Vitamin A	333,3 µg RE ^{ooo}	42	
Vitamin B1	2 mg	182	
Vitamin B2	2,5 mg	179	
Niacin	27 mg NE ^o	169	
Pantothensäure	9 mg	150	
Vitamin B6	3 mg	214	
Biotin	230 µg	460	
Folsäure	500 µg	250	
Vitamin B12	6 µg	240	
Vitamin C	100 mg	125	
Vitamin D3	10 µg	200	400 I.E.
Vitamin E	10 mg α- TE ^{oo}	83	15 I.E.
Vitamin K	100 µg	133	
Chrom	50 µg	125	
Jod	150 µg	100	
Selen	60 µg	109	
Zink	10 mg	100	
Ölkapsel:			
Omega 3-Fettsäuren	282 mg		
davon DHA (Docosahexaensäure)	200 mg		
davon Eicosapentaensäure	40 mg		

*TD = Tagesdosis = (1 Pulverkapsel und 1 Ölkapsel)

**NRV = Nährstoffbezugswerte nach VO (EG) Nr. 1169/2011

° NE = Niacin-Äquivalente

Inhaltsstoffe	pro TD**	NRV %*/TD**	Internationale Einheiten I.E.
°° α-TE = α-Tocopherol-Äquivalente			
°°° RE = Retinol-Äquivalente			

Allergenkennzeichnung: **Allergen**

Pulverkapsel:

L-Ascorbinsäure (Vitamin C) (31,3%), Gelatine (Kapselhülle), Zinkgluconat (19,9%), D-alpha-Tocopherylacetat (Vitamin E) (9,4%), Nicotinamid (Niacin) (8,5%), Kaliumiodat (Jod) (7,2%), Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Calcium-D-Pantothenat (Pantothensäure) (3,1%), Phyllochinon (Vitamin K1) (3,1%), Beta-Carotin (2,8%), Cyanocobalamin (Vitamin B12) (1,9%), Chrom-III-chlorid (1,5%), Cholecalciferol (Vitamin D3) (1,3%), Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6) (1,1%), Riboflavin (Vitamin B2) (0,8%), Thiaminmononitrat (Vitamin B1) (0,8%), Farbstoff Titandioxid, Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure) (0,2%), D-Biotin (0,07%), L-Selenmethionin (0,04%)

Ölkapsel:

Omega 3-Fettsäuren (aus **Fisch**ölkonzentrat) (70,9%), Gelatine (Kapselhülle), Feuchthaltemittel Glycerin, Antioxidationsmittel stark tocopherolhaltige Extrakte

Frauen mit Kinderwunsch, Schwangere und Stillende verzehren täglich 1 Pulver- und 1 Ölkapsel vor dem Essen mit reichlich Wasser. Die Kapselhüllen enthalten keine wertgebenden Inhaltsstoffe und können nach Bedarf geöffnet oder eingestochen werden. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, das Pulver oder Fischöl dem Essen (z.B. Nudeln, Joghurt etc.) beizufügen. Das Pulver löst sich nicht in Getränken.