



AMFORMULA®
DIET



Cappuccino

AMFORMULA® DIET

Zubereitung

Morgens und Mittags einfach je 3 gestrichene Messlöffel (35 g Pulver) in 300 ml fettarmer Milch (1,5%) einrühren und genießen. Abends ein leichtes Gericht zubereiten – leckere Rezepte finden Sie unter www.amformula.de. Zusätzlich nehmen Sie bitte ausreichend kalorienfreie Getränke zu sich, täglich mind. 2 Liter.

Nähere Informationen in der Packung.

Nährwertangaben

Analyse	pro 100 g Pulver	pro 35 g Pulver	pro verzehrfertige Portion*	%RDA**
physiologischer Brennwert	1566 kJ / (374 kcal)	548 kJ / (131 kcal)	1162 kJ / (278 kcal)	
Eiweiß	47,3 g	16,5 g	26,6 g	
Kohlenhydrate	19,9 g	7,0 g	21,4 g	
davon Zucker	16,8 g	5,9 g	20,3 g	
Fett	10,6 g	3,7 g	8,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	2,7 g	0,9 g	3,0 g	
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	4,0 g	1,4 g	1,5 g	
davon Linolsäure	3,3 g	1,1 g	1,2 g	
Ballaststoffe	12,5 g	4,4 g	4,4 g	
Natrium	0,29 g	0,10 g	0,24 g	
Vitamin A	658 µg	230 µg	269 µg	34
Vitamin D	4,7 µg	1,6 µg	1,7 µg	34
Vitamin E	9,4 mg	3,3 mg	3,4 mg	34
Vitamin C	42,1 mg	14,7 mg	19,8 mg	33
Vitamin B1	1,0 mg	0,35 mg	0,46 mg	33
Vitamin B2	1,5 mg	0,5 mg	1,1 mg	67
Niacin	16,8 mg	5,9 mg	6,2 mg	34
Vitamin B6	1,4 mg	0,5 mg	0,6 mg	32
Folsäure	207 µg	72,7 µg	86,2 µg	43
Vitamin B12	7,1 µg	2,5 µg	3,75 µg	375
Pantothensäure	2,8 mg	1,0 mg	2,0 mg	33
Biotin	14,0 µg	4,9 µg	15,4 µg	10
Kalium	290 mg	101 mg	566 mg	
Calcium	521 mg	182 mg	536 mg	67
Magnesium	143 mg	50,3 mg	86,3 mg	29
Phosphor	482 mg	168 mg	441 mg	55
Eisen	16,4 mg	5,7 mg	5,9 mg	42
Zink	7,4 mg	2,6 mg	3,7 mg	25
Kupfer	0,88 mg	0,31 mg	0,34 mg	
Jod	109 µg	38,2 µg	48,1 µg	32
Mangan	0,97 mg	0,34 mg	0,35 mg	
Selen	54,8 µg	19,2 µg	19,2 µg	

* 35 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)

** RDA = % der empfohlenen Tagesdosis gemäß Richtlinie 90/496/EG

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung:
mit Milch (1,5% Fett) 347 kJ (83 kcal)

Zutaten

Molkeneiweiß (laktosehaltig), Milcheiweiß (laktosehaltig), Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin) und Inulin, Fruktose, Soja-Lecithin, Sojaöl, Aroma, Instantkaramell, Maltodextrin, Salz, Di-Natriumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Süßstoff Sucralose, D-alpha-Tocopheryllacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Kupfer-(II)-gluconat, Mangan-(II)-sulfat, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Vitamin B2 (Riboflavin), Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol

AMFORMULA® DIET

Zubereitung

Morgens und Mittags einfach je 3 gestrichene Messlöffel (35 g Pulver) in 300 ml fettarmer Milch (1,5%) einrühren und genießen. Abends ein leichtes Gericht zubereiten – leckere Rezepte finden Sie unter www.amformula.de. Zusätzlich nehmen Sie bitte ausreichend kalorienfreie Getränke zu sich, täglich mind. 2 Liter.
Nähere Informationen in der Packung.

Nährwertangaben

Analyse	pro 100 g Pulver	pro 35 g Pulver	pro verzehrfertige Portion*	%RDA**
physiologischer Brennwert	1595 kJ / (381 kcal)	558 kJ / (133 kcal)	1172 kJ / (280 kcal)	
Eiweiß	51,9 g	18,2 g	28,2 g	
Kohlenhydrate	15,6 g	5,5 g	19,9 g	
davon Zucker	12,1 g	4,2 g	18,6 g	
Fett	11,2 g	3,9 g	8,7 g	
davon gesättigte Fettsäuren	2,9 g	1,0 g	3,1 g	
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	4,0 g	1,4 g	1,5 g	
davon Linolsäure	3,2 g	1,1 g	1,2 g	
Ballaststoffe	12,9 g	4,5 g	4,5 g	
Natrium	0,27 g	0,09 g	0,24 g	
Vitamin A	658 µg	230 µg	269 µg	34
Vitamin D	4,7 µg	1,6 µg	1,7 µg	34
Vitamin E	9,4 mg	3,3 mg	3,4 mg	34
Vitamin C	42,1 mg	14,7 mg	19,8 mg	33
Vitamin B1	1,0 mg	0,35 mg	0,46 mg	33
Vitamin B2	1,5 mg	0,5 mg	1,1 mg	67
Niacin	16,8 mg	5,9 mg	6,2 mg	34
Vitamin B6	1,4 mg	0,5 mg	0,6 mg	32
Folsäure	203 µg	71,4 µg	84,9 µg	43
Vitamin B12	8,1 µg	2,9 µg	4,1 µg	410
Pantothensäure	2,8 mg	1,0 mg	2,0 mg	33
Biotin	14,0 µg	4,9 µg	15,4 µg	10
Kalium	340 mg	119 mg	584 mg	
Calcium	558 mg	195 mg	549 mg	69
Magnesium	108 mg	38,1 mg	74,1 mg	25
Phosphor	552 mg	193 mg	466 mg	58
Eisen	16,5 mg	5,8 mg	5,9 mg	42
Zink	8,0 mg	2,8 mg	3,9 mg	26
Kupfer	0,89 mg	0,31 mg	0,34 mg	
Jod	111 µg	39,1 µg	49,0 µg	33
Mangan	0,97 mg	0,34 mg	0,35 mg	
Selen	54,8 µg	19,2 µg	19,2 µg	

* 35 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)

** RDA = % der empfohlenen Tagesdosis gemäß Richtlinie 90/496/EG

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung:
mit Milch (1,5% Fett) 350 kJ (84 kcal)

Zutaten

Molkeneiweiß (laktosehaltig), Milcheiweiß (laktosehaltig), Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin) und Inulin, Fruktose, Soja-Lecithin, Sojaöl, Aroma, Instantkaramell, Maltodextrin, Salz, Di-Natriumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Süßstoff Sucralose, D-alpha-Tocopheryllacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Kupfer-(II)-gluconat, Mangan-(II)-sulfat, Calcium-D-pantothemat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmonitrat, Vitamin B2 (Riboflavin), Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol



AMFORMULA®
DIET



Endbeere

AMFORMULA® DIET

Zubereitung

Morgens und Mittags einfach je 3 gestrichene Messlöffel (35 g Pulver) in 300 ml fettarmer Milch (1,5%) einrühren und genießen. Abends ein leichtes Gericht zubereiten – leckere Rezepte finden Sie unter www.amformula.de. Zusätzlich nehmen Sie bitte ausreichend kalorienfreie Getränke zu sich, täglich mind. 2 Liter.

Nähere Informationen in der Packung.

Nährwertangaben

Analyse	pro 100 g Pulver	pro 35 g Pulver	pro verzehrfertige Portion*	%RDA**
physiologischer Brennwert	1563 kJ / (374 kcal)	547 kJ / (131 kcal)	1161 kJ / (278 kcal)	
Eiweiß	48,6 g	17,0 g	27,1 g	
Kohlenhydrate	19,4 g	6,8 g	21,2 g	
davon Zucker	14,3 g	5,0 g	19,4 g	
Fett	9,9 g	3,5 g	8,3 g	
davon gesättigte Fettsäuren	2,6 g	0,9 g	3,0 g	
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,6 g	1,3 g	1,4 g	
davon Linolsäure	2,9 g	1,0 g	1,1 g	
Ballaststoffe	12,7 g	4,4 g	4,4 g	
Natrium	0,29 g	0,10 g	0,24 g	
Vitamin A	658 µg	230 µg	269 µg	34
Vitamin D	4,7 µg	1,6 µg	1,7 µg	34
Vitamin E	9,4 mg	3,3 mg	3,4 mg	34
Vitamin C	47,3 mg	16,6 mg	21,7 mg	33
Vitamin B1	1,0 mg	0,35 mg	0,46 mg	33
Vitamin B2	1,5 mg	0,5 mg	1,1 mg	67
Niacin	16,8 mg	5,9 mg	6,2 mg	34
Vitamin B6	1,4 mg	0,5 mg	0,6 mg	32
Folsäure	207 µg	72,6 µg	86,1 µg	43
Vitamin B12	7,4 µg	2,6 µg	3,8 µg	380
Pantothensäure	2,8 mg	1,0 mg	2,0 mg	33
Biotin	14,0 µg	4,9 µg	15,4 µg	10
Kalium	300 mg	105 mg	570 mg	
Calcium	530 mg	185 mg	539 mg	67
Magnesium	145 mg	50,8 mg	86,8 mg	29
Phosphor	493 mg	172 mg	445 mg	56
Eisen	16,4 mg	5,7 mg	5,9 mg	42
Zink	7,4 mg	2,6 mg	3,7 mg	25
Kupfer	0,88 mg	0,31 mg	0,34 mg	
Jod	109 µg	38,3 µg	48,2 µg	32
Mangan	0,97 mg	0,34 mg	0,35 mg	
Selen	54,8 µg	19,2 µg	19,2 µg	

* 35 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)

** RDA = % der empfohlenen Tagesdosis gemäß Richtlinie 90/496/EG

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung:
mit Milch (1,5% Fett) 347 kJ (83 kcal)

Zutaten

Molkeneiweiß (laktosehaltig), Milcheiweiß (laktosehaltig), Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin) und Inulin, Fruktose, Soja-Lecithin, Sojaöl, Aroma, Instantkaramell, Maltodextrin, Salz, Di-Natriumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Süßstoff Sucralose, D-alpha-Tocopherylacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Kupfer-(II)-gluconat, Mangan-(II)-sulfat, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmonitrat, Vitamin B2 (Riboflavin), Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol

AMFORMULA® DIET

Zubereitung

Morgens und Mittags einfach je 3 gestrichene Messlöffel (35 g Pulver) in 300 ml fettarmer Milch (1,5%) einrühren und genießen. Abends ein leichtes Gericht zubereiten – leckere Rezepte finden Sie unter www.amformula.de. Zusätzlich nehmen Sie bitte ausreichend kalorienfreie Getränke zu sich, täglich mind. 2 Liter.

Nähere Informationen in der Packung.

Nährwertangaben

Analyse	pro 100 g Pulver	pro 35 g Pulver	pro verzehrfertige Portion*	%RDA**
physiologischer Brennwert	1540 kJ / (368 kcal)	539 kJ / (129 kcal)	1153 kJ / (276 kcal)	
Eiweiß	46,1 g	16,1 g	26,2 g	
Kohlenhydrate	20,4 g	7,1 g	21,5 g	
davon Zucker	16,3 g	5,7 g	20,1 g	
Fett	10,3 g	3,6 g	8,4 g	
davon gesättigte Fettsäuren	2,8 g	1,0 g	3,1 g	
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,6 g	1,2 g	1,3 g	
davon Linolsäure	2,9 g	1,0 g	1,1 g	
Ballaststoffe	14,3 g	5,0 g	5,0 g	
Natrium	0,26 g	0,09 g	0,23 g	
Vitamin A	667 µg	233 µg	272 µg	34
Vitamin D	4,7 µg	1,6 µg	1,7 µg	34
Vitamin E	9,5 mg	3,3 mg	3,4 mg	34
Vitamin C	42,1 mg	14,7 mg	19,8 mg	33
Vitamin B1	1,0 mg	0,35 mg	0,46 mg	33
Vitamin B2	1,5 mg	0,5 mg	1,1 mg	67
Niacin	16,8 mg	5,9 mg	6,2 mg	34
Vitamin B6	1,4 mg	0,5 mg	0,6 mg	32
Folsäure	204 µg	71,6 µg	85,1 µg	43
Vitamin B12	6,5 µg	2,3 µg	3,6 µg	360
Pantothensäure	2,9 mg	1,0 mg	2,1 mg	34
Biotin	14,0 µg	4,9 µg	15,4 µg	10
Kalium	572 mg	200 mg	665 mg	
Calcium	510 mg	178 mg	532 mg	67
Magnesium	130 mg	45,6 mg	81,6 mg	27
Phosphor	501 mg	175 mg	448 mg	56
Eisen	16,4 mg	5,8 mg	5,9 mg	42
Zink	7,6 mg	2,7 mg	3,8 mg	25
Kupfer	0,98 mg	0,34 mg	0,37 mg	
Jod	110 µg	38,5 µg	48,4 µg	32
Mangan	0,97 mg	0,34 mg	0,35 mg	
Selen	54,8 µg	19,2 µg	19,2 µg	

* 35 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)

** RDA = % der empfohlenen Tagesdosis gemäß Richtlinie 90/496/EG

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung:
mit Milch (1,5% Fett) 345 kJ (82 kcal)

Zutaten

Molkeneiweiß (laktosehaltig), Milcheiweiß (laktosehaltig), Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin) und Inulin, Fruktose, Soja-Lecithin, Sojaöl, Aroma, Instantkaramell, Maltodextrin, Salz, Di-Natriumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Süßstoff Sucralose, D-alpha-Tocopheryllacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Kupfer-(II)-gluconat, Mangan-(II)-sulfat, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmonitrat, Vitamin B2 (Riboflavin), Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol