



# Fleischlasagne, zubereitet

ARRAY ARRAY ARRAY ARRAY ARRAY

FOOD.BRAND

FOOD.CATEGORY

## Nährstoffe

KALORIEN	141 kcal (pro 100g)
EIWEISS	8.8g (pro 100g)
FETT	6.0g (pro 100g)
KOHLHYDRATE	12.3g (pro 100g)
FASER	1.5g (pro 100g)

## Detaillierte Nährwerttabelle

David Janitzek Diets	Kontakt:	Web:	Bankverbindung
Premium	E-Mail:	dietspremium.com	Bank: Deutsche Bank 6 g
Krumbacher Straße 26	support@dietspremium.com		IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00
86424 Dinkelscherben, Deutschland	Tel.: 0 1520 744 5675		SWIFT (BIC): DEUTDEDB720 3 g
Umsatzsteuer-ID:			
DE453108867			



<b>EINFACH UNGESÄTTIGTE FETTSÄUREN</b>	1.9 g
<b>MEHRFACH UNGESÄTTIGTE FETTSÄUREN</b>	0.4 g
<b>CHOLESTERIN</b>	25 mg
<b>KOHLENHYDRAT</b>	12.3 g
<b>ZUCKER</b>	2.3 g
<b>EIWEISS</b>	8.8 g
<b>SALZ</b>	0.9 g
<b>WASSER</b>	71.6 g
<b>VITAMIN ARE</b>	110 µg
<b>VITAMIN A</b>	73 µg
<b>RETINOL</b>	36 µg
<b>CAROTIN BETA</b>	446 mg
<b>VITAMIN B1 (THIAMIN)</b>	0.03 mg
<b>VITAMIN B2 (RIBOFLAVIN)</b>	0.08 mg
<b>VITAMIN B6 (PYRIDOXIN)</b>	0.08 mg
<b>VITAMIN B12 (COBALAMIN)</b>	0.24 µg
<b>VITAMIN B3 (NIACIN)</b>	0.9 mg
<b>VITAMIN B9 (FOLSÄURE)</b>	9.3 µg
<b>VITAMIN B5 (PANTOTHENSÄURE)</b>	0.22 mg
<b>VITAMIN C (ASCORBINSÄURE)</b>	3.4 mg
<b>VITAMIN D</b>	0.1 µg
<b>VITAMIN K</b>	160 µg
<b>NATRON</b>	350 g
<b>CALCIUM</b>	87 mg

David Janitzek Diets  
Premium  
Krumbacher Straße 26  
86424 Dinkelscherben,  
Deutschland  
Umsatzsteuer-ID:  
DE453108867

Kontakt:  
E-Mail:  
support@dietspremium.com  
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:  
dietspremium.com

Bankverbindung  
Bank: Deutsche Bank  
IBAN: DE26 7207 0024 0004 1810 00  
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720



<b>MAGNESIUM</b>	17 mg
<b>PHOSPHOR</b>	110 mg
<b>EISEN</b>	0.9 mg
<b>JOD</b>	4.7 µg
<b>ZINK</b>	1.6 mg
<b>KALIUM</b>	150 mg
<b>NATRIUM</b>	400 mg
<b>ZELLULOSE</b>	1.5 g
<b>VITAMIN E</b>	0.5 mg
<b>VITAMIN B7 (BIOTIN)</b>	2 mg
<b>FETTSÄUREN TRANS</b>	0.3 g
<b>OMEGA 3</b>	0.05 g
<b>OMEGA 6</b>	0.35 g
<b>TIERISCHE EIWEISSE</b>	8 g
<b>PFLANZLICHE EIWEISSE</b>	0.8 g
<b>ZUCKER HINZUGEFÜGT</b>	0.5 g
<b>ASCHE</b>	1.8 g
<b>FASERLÖSLICH</b>	0.4 g
<b>FASERUNLÖSLICH</b>	1.1 g
<b>STÄRKE</b>	9.5 g
<b>LAKTOSE</b>	0.8 g
<b>FRUCTOSE</b>	0.5 g

David Janitzek Diets  
Premium  
Krumbacher Straße 26  
86424 Dinkelscherben,  
Deutschland  
Umsatzsteuer-ID:  
DE453108867

Kontakt:  
E-Mail:  
support@dietspremium.com  
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:  
dietspremium.com

Bankverbindung  
Bank: Deutsche Bank  
IBAN: DE26 7207 0024 0064 5910 00  
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

**GLUCOSE**

0.5 g

**CHLORID**

630 mg



<b>KUPFER</b>	0.07 mg
<b>MANGAN</b>	0.15 mg
<b>SELENIUM</b>	12 µg
<b>GLICEMYC INDEX</b>	45 µg
<b>LUTEIN + ZEAXANTHIN</b>	50 mg
<b>EIWEISS</b>	6.5 g
<b>KOHLLENHYDRATE, GESAMT</b>	12.3 g
<b>FETT, GESAMT</b>	6 g
<b>EIWEISS</b>	8.8 g
<b>TAURIN</b>	20 mg
<b>VITAMIN B4 (CHOLIN)</b>	35 mg
<b>VITAMIN D3</b>	0.1 µg
<b>CHOLIN</b>	35 mg
<b>LYSIN</b>	0.7 g
<b>METHIONIN</b>	0.2 g
<b>LEUCIN</b>	0.8 g
<b>ISOLEUCIN</b>	0.4 g
<b>VALIN</b>	0.5 g
<b>HISTIDIN</b>	0.25 g
<b>PHENYLALANIN</b>	0.4 g
<b>THROMBONIN</b>	0.4 g
<b>TRYPTOPHAN</b>	0.12 g

David Janitzek Diets  
Premium  
Krumbacher Straße 26  
86424 Dinkelscherben,  
Deutschland  
Umsatzsteuer-ID:  
DE453108867

Kontakt:  
E-Mail:  
support@dietspremium.com  
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:  
dietspremium.com

Bankverbindung  
Bank: Deutsche Bank  
IBAN: DE26 7207 0024 0064 3910 00  
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720

**CYSTEIN**

0.1 g

**ARGININ**

0.5 g



<b>GLUTAMINSÄURE</b>	1.5 g
<b>ASPARTINSÄURE</b>	0.9 g
<b>SERINE</b>	0.4 g
<b>GLYCIN</b>	0.5 g
<b>PROLINE</b>	0.5 g
<b>ALANINA</b>	0.6 g
<b>HYDROXYPROLIN</b>	0.1 g

*Die in diesem Dokument enthaltenen Informationen dienen nur zu Bildungszwecken und ersetzen keine medizinische Beratung.*

David Janitzek Diets  
Premium  
Krumbacher Straße 26  
86424 Dinkelscherben,  
Deutschland  
Umsatzsteuer-ID:  
DE453108867

Kontakt:  
E-Mail:  
support@dietspremium.com  
Tel.: 0 1520 744 5675

Web:  
dietspremium.com

Bankverbindung  
Bank: Deutsche Bank  
IBAN: DE26 7207 0024 0064 1910 00  
SWIFT (BIC): DEUTDEDB720