

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNGEN AMINOLÉ®

Das Aufbau-Konzentrat mit reichlich Eiweiß und wenig Kohlenhydraten, energiereich zubereitet

Leckere Speisen erhalten Sie durch folgende **alternative Zubereitungsmöglichkeiten** mit Aminolé®.



Je Portion
100 g Speisequark/Topfen (40 % Fett) + ca. 50 ml Wasser

Energie	252 kcal
Fett	11,8 g
davon gesättigte Fettsäuren	6,9 g
Kohlenhydrate	4,3 g
davon Zucker	4,0 g
Eiweiß	31,3 g
Salz	0,23 g



**Je Portion 25 g Pulver in
100 g Joghurt mild (3,5 % Fett)**

Energie 162 kcal

Fett 4,8 g

davon gesättigte Fettsäuren 1,8 g

Kohlenhydrate 6,0 g

davon Zucker 5,7 g

Eiweiß 24,3 g

Salz 0,26 g



**Je Portion 25 g Pulver in
75 g süße Sahne, ungeschlagen (30 % Fett) + ca. 125 ml
Wasser**

Energie 321 kcal

Fett 25,8 g

davon gesättigte Fettsäuren 13,8 g

Kohlenhydrate 3,8 g

davon Zucker 3,5 g

Eiweiß 22,8 g

Salz 0,13 g



**Je Portion 25 g Pulver in
200 ml Vollmilch (3,5 % Fett)**

Energie	221 kcal
Fett	7,8 g
davon gesättigte Fettsäuren	4,7 g
Kohlenhydrate	11,3 g
davon Zucker	11,0 g
Eiweiß	26,3 g
Salz	0,33 g

Durch die zusätzliche Einnahme von Aminolé® kann insbesondere in körperlich zehrenden Phasen der Ernährungsstatus verbessert werden.

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNGEN

FETOLÉ®

Das Nährstoff-Konzentrat mit hohem Gehalt an wertvollen Fetten und wenig Kohlenhydraten

Leckere Speisen erhalten Sie durch folgende **alternative Zubereitungsmöglichkeiten mit Fetolé®**.



**Je Portion 25 g Pulver in
100 g Speisequark/Topfen (40 % Fett) + ca. 50 ml Wasser**

Energie	350 kcal
Fett	30,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	8,6 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	14,2 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	5,8 g
Kohlenhydrate	6,9 g
davon Zucker	3,5 g
Eiweiß	12,0 g
Salz	0,12 g



Je Portion 25 g Pulver in 100 g Joghurt mild (3,5 % Fett)

Energie 260 kcal

Fett 23,0 g

davon gesättigte Fettsäuren 3,5 g

davon einfach ungesättigte Fettsäuren 12,1 g

davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren 5,7 g

Kohlenhydrate 8,6 g

davon Zucker 5,2 g

Eiweiß 5,0 g

Salz 0,15 g



Je Portion 25 g Pulver in 75 g süße Sahne, ungeschlagen (30 % Fett) + ca. 125 ml Wasser

Energie	419 kcal
Fett	44,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	15,5 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	20,2 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	6,3 g
Kohlenhydrate	6,4 g
davon Zucker	3,0 g
Eiweiß	3,5 g
Salz	0,02 g



Je Portion 25 g Pulver in 200 ml Vollmilch (3,5 % Fett)

Energie	319 kcal
Fett	26,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	6,4 g
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	12,5 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	5,6 g
Kohlenhydrate	13,9 g
davon Zucker	10,5 g
Eiweiß	7,0 g
Salz	0,22 g

Die zusätzliche Einnahme von Fetolé® optimiert die Energiezufuhr.

Tipp: Schmeckt auch besonders lecker in heißem Kaffee. Einfach 2 Teelöffel Fetolé®-Pulver einrühren. Der Kaffee erhält so einen cremig-milchigen Geschmack und ergänzt zudem Ihre Energiezufuhr. Koffein kann sich auch günstig auf das Fatigue-Syndrom (Gefühl von anhaltender Müdigkeit, Erschöpfung und Antriebslosigkeit) auswirken.