





Zusammensetzung: 30 Tagesportionen zu je 5 Tabletten/3 Kapseln (5,1 g) = Gesamtfüllgewicht 153 g

	pro Tagesportion	% RM**		pro Tagesportion	% RM**
Vitamine			Essenzielle Fettsäuren		
Vitamin D	15 µg (600 I.E.)	300	Omega-3-Fettsäuren, davon	360 mg	***
Vitamin E	36 mg alpha-TE**	300	Docosahexaensäure (DHA)	300 mg	***
Vitamin K	60 µg	80	Eicosapentaensäure (EPA)	40 mg	***
Vitamin C	110 mg	138	Milchsäurebakterienkulturen		
Vitamin B ₁ (Thiamin)	3 mg	273	darin enthalten: Lactococcus lactis,		
Vitamin B ₂ (Riboflavin)	3,5 mg	250	Lactobacillus casei, Lactobacillus acidophilus,		
Niacin	36 mg NE*	225	Bifidobacterium bifidum	3 x 10 ⁹ KBE***	***
Vitamin B ₆	5 mg	357	Zutaten: Calciumcarbonat, Maisstärke, Magnesiumcarbonat, Fischöl (12 %), Füllstoff		
Folsäure	500 µg	250	mikrokristalline Cellulose, Saccharose, Gelatine, Überzugsmittel Hydroxypropylmethyl-		
Vitamin B ₁₂	9 µg	360	cellulose, Verdickungsmittel Bienenwachs, L-Ascorbinsäure, Feuchthaltemittel Glycerin,		
Biotin	150 µg	300	Maltodextrin, DL-alpha-Tocopheryllacetat, Nicotinamid, Zinkgluconat, Füllstoff Sorbit, Füll-		
Pantothensäure	18 mg	300	stoff Natriumcarboxymethylcellulose, Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren,		
Mineralstoffe bzw. Spurenelemente und weitere Mikronährstoffe			Calcium-D-pantothenat, Milchsäurebakterienkulturen (darin enthalten: Lactococcus lactis,		
Calcium	400 mg	50	Lactobacillus casei, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium bifidum) (0,5 %), Trennmit-		
Magnesium	180 mg	48	tel Talkum, Trennmittel Siliciumdioxid, Eisenfumarat, Farbstoff Titandioxid, Trennmittel		
Eisen	5 mg	36	Calciumsalze der Speisefettsäuren, pflanzliche Öle (Oliven- und Kokosöl in veränderlichen		
Zink	5 mg	50	Gewichtsanteilen), Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Füllstoff Polyvinylpyr-		
Kupfer	1.000 µg	100	rolidon, Überzugsmittel Hydroxypropylcellulose, Emulgator Soja-Lecithine, Farbstoff		
Selen	30 µg	55	Eisenoxide, Riboflavin, Kupfersulfat, Beta-Carotin, Trägerstoff Gummi Arabicum, Füllstoff		
Chrom	60 µg	150	Lactit, Pteroylmonglutaminsäure, Chrom(III)-chlorid, Natriummolybdat, Kaliumiodid,		
Molybdän	80 µg	160	D-Biotin, Phyllochinon, Natriumselenat, Cholecalciferol, Cyanocobalamin		
Jod	150 µg	100	* I.E. = Internationale Einheiten; ** alpha-TE = Alpha-Tocopheroläquivalente; *** KBE = Kolo-		
Beta-Carotin	2 mg	***	nielbildende Einheiten; * NE = Niacinäquivalente; ** RM = Referenzmenge nach EU-Verordnung		
			1169/2011; *** keine Empfehlung der EU vorhanden		

Wichtige Hinweise

- Bitte Verzehrempfehlung inliegend beachten.
- Orthomol Natal[®] enthält eine separate Jodtablette. Sollten Sie an einer Schilddrüsenüberfunktion (Hyperthyreose) leiden, sprechen Sie bitte vor der Einnahme mit Ihrem Arzt.
- Bei bestehender Glukosetoleranzstörung: Enthält weniger als 1 g Kohlenhydrate pro Tagesportion.
- Die empfohlene Tagesportion darf nicht überschritten werden.
- Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung dienen. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Verzehrempfehlung

Täglich den Inhalt eines Beutels zusammen mit einer Milchsäurebakterienkulturen-Kapsel (= Tagesportion) vorzugsweise einzeln mit viel Flüssigkeit zu oder nach einer Mahlzeit einnehmen. Mikronährstoffe werden täglich vom Körper gebraucht, eine regelmäßige Verwendung über einen längeren Zeitraum ist daher empfehlenswert.

Tagesportion



Omega-3-Fettsäuren,
Vitamin E,
Spurenelemente



Magnesium



Calcium



Multivitamine



Jod



Milchsäure-
bakterienkulturen