

BfR-Empfehlungen (ab 15 Jahre)* überschritten, altersabhängige DGE-Referenzwerte** für die jüngste Zielgruppe überschritten

Zuckerquelle / Frucht- bzw. Saftprodukte mit natürlichem Zucker / Süßstoffe

	Produktname	Hersteller/Vg	Bezeichnung	Zutatenliste	Zucker	Mikronährstoffe/ Portion	Spezielle Hinweise	Dosierung
1	Klosterfrau Heißer Granatapfel-Sanddorn Heißgetränk 10 Portionen	MCM Klosterfrau, Köln	NEM mit Vitamin C und dem Mineralstoff Zink	Zucker, Traubenzucker, Säuerungsmittel Citronensäure, L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Aromen, Säureregulator Natriumcitrate, Sanddornpulver (0,5 %) (Sanddornfrüchte, Maltodextrin, Fruchtzucker), Rote-Bete-Saftpulver (Maltodextrin, Rote Bete Saftkonzentrat), Granatapfelsaftpulver (0,2 %) (Granatapfelsaftkonzentrat, Maltodextrin), Palmöl, Zinksulfat, Farbstoff Beta-Carotin	92 g pro 100 g 14 g pro Portion (=15 g)	300 mg Vit. C 5 mg Zink NRV fehlen		1x täglich 1 Portion
2	Doppelherz Heißer Granatapfel+ Sanddorn+Ac erola 10 Portionen	Queisser Pharma, Flensburg	NEM Granulat mit Vitamin C, Zink, Selen, Grnatapfelsaftpulver, Sanddornbeeren saftpulver und Aerolsaftpulver	Zucker, Dextrose, Maltodextrin, Säuerungsmittel Citronensäure, L-Ascorbinsäure, Rote Bete-Saftpulver, Granatapfelsaftpulver 0,7 %, Aroma, Sanddornbeeren saftpulver 0,3 %, Palmöl, Zinksulfat, Farbstoff Riboflavin-5'-phosphat, Acerolasaftpulver 0,1 %, Trennmittel Siliciumdioxid, Natriumselenit	keine Angaben	300 mg Vit. C (375 %) 5 mg Zink (50 %) 10 µg Selen (18 %)	nicht für Kinder unter 12 Jahren	1x täglich 1 Portion
3	vitaplus Heiße Zitrone Sticks, 20 Portionssticks	Zentrale Handelsgesellschaft, Offenburg	NEM mit Vitamin C und Magnesium	Zucker, Säuerungsmittel: Citronensäure, Magnesiumcarbonat; Zitronensaftpulver (5 %), L-Ascorbinsäure, Acerola-Pulver (2,5 %), Zitronenaroma, Süßungsmittel: Aspartam; Trennmittel: Tricalciumphosphat und Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Farbstoff: Riboflavin.	60 g / 100g 2,4 g / Portion	160 mg Vit. C (200 %) 75 mg Mg (20 %)	nicht für Kinder unter 4 Jahren	1x täglich 1 Portion
4	Mivolis Heiße Zitrone, 20 Portionssticks	dm Drogerie markt GmbH + Co. KG, Karlsruhe	NEM mit Vitamin C und Zink	Zucker, Säuerungsmittel Citronensäure, L-Ascorbinsäure, Säureregulator Magnesiumcarbonat, Aroma, Zitronenfruchtsaftpulver (1 %), getrocknete Zitronen (0,56 %), Maisstärke, Saccharose, Emulgator Sonnenblumenlecithin, Zinkcitrat, Trennmittel Siliciumdioxid, Süßungsmittel Natriumsaccharin	66 g / 100 g 3,3 g / Portion	300 mg Vitamin C (375 %) 5 mg Zink (50 %)	nicht für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren Verzichten Sie auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel.	1x täglich 1 Portion

	Produktname	Hersteller/Ve	Bezeichnung	Zutatenliste	Zucker	Mikronährstoffe/ Portion	Spezielle Hinweise	Dosierung
5	Mivolis Heiße Himbeere für Kinder, 20 Portionssticks	dm Drogerie markt GmbH + Co. KG, Karlsruhe	NEM mit Vitamin C und Vitamin D3	Zucker , Säuerungsmittel Citronensäure, Aroma Himbeere, Himbeerfruchtpulver (2 %), Trennmittel Tricalciumphosphat, L-Ascorbinsäure, färbendes Lebensmittel (Rote-Bete-Pulver), Süßungsmittel Steviolglykoside , Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren und Siliciumdioxid, Cholecalciferol (Vitamin D3)	89 g / 100 g 4,4 g / Portion	45 mg Vit. C (56 %) 5 µg Vit. D (100 %)	Kinder ab 7 Jahre und Erwachsene	1x täglich 1 Portion
6	Immun pro Kids, 15 Direktsticks	Anton Hübner GmbH & co. KG, Ehrenkirchen	NEM mit Calcium und 13 Vitaminen	Kirschsafte aus Kirschsafkonzentrat (42 %), Rohrohrzucker , Johannisbeersaft aus Johannisbeersafkonzentrat (17 %), Wasser, Calcium, Vitamin C, Vitamin D3, Vitamin A, Niacin, Panthensäure, Folsäure, Vitamin B1, Vitamin B2, Biotin, Vitamin B6, Vitamin K1, Vitamin B12, Verdickungsmittel Guerkernmehl, Johannisbrotkernmehl, Pektin, natürliche Aromen	39 g /100 g 5,9 g / Portion	20 µg Vit.D (400 %) 225 mg Ca (28 %) 600 µg Vit. A (75 %)* 8 mg Vit. E (67 %) 20 µg Vit. K (27 %) 30 mg Vit. C (38 %) 0,7 mg Vit B1 (64 %) 0,8 mg B2 (57 %) 9 mg Niacin (56 %) 0,5 mg B6 (36 %) 140 µg Fols. (70 %) 1,5 µg B12 (30 %) 4 mg Pantoth. (67 %) *DGE: 300 µg RÄ für 4jährige, kein Vitamin A in NEM laut BfR*	Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren	1x täglich 1 Portion
7	Sanostol Multivitaminen , 460 ml	Dr. Kade, Berlin	Multivitaminen	Zucker , Wasser, Glucosesirup , Orangensaftkonzentrat , Malzextrakt (aus Gerste), L-Ascorbinsäure, Grapefruitsaftkonzentrat , Säuerungsmittel Citronensäure, Verdickungsmittel Xanthan, Orangenöl, Sonnenblumenöl, Konservierungsstoff Natriumbenzoat, Nicotinamid, D-Panthenol, DL-alpha-Tocopherylacetat, Emulgator Polysorbat 80, Natrium-riboflavin-5'-phosphat, Thiaminhydrochlorid, Pyridoxinhydrochlorid, Retinylpalmitat, Cholecalciferol	keine Angaben	600 µg RE (75 %)* 5 µg Vit. D (100 %) 5 mg Vit E. (42 %) 60 mg Vit. C (75 %) 0,6 mg B1 (55 %) 0,8 mg B2 (57 %) 0,7 mg B6 (50 %) 9 mg Niacin (56 %) 4 mg Pantoth. (67 %) DGE:** 300 µg RÄ für 4jährige, kein Vitamin A (Retinylpalmitat) in NEM laut BfR* DGE**: 30 mg Vit C für 4-7 J	Kinder ab 3 Jahre und Erwachsene	1x täglich 10 ml (beiliegende Dosierhilfe)
8	altapharma Heiße Zitrone-Limette, 20 Sticks	Rossmann, Burgwedel	NEM mit Zucker und Süßungsmitteln	Zucker , Säuerungsmittel Citronensäure, L-Ascorbinsäure, 2 % Zitronensaftpulver , Trennmittel Tricalciumphosphat, 1 % Limettensaftpulver , Aromen: Zitronen, Limette, Süßungsmittel Aspartam, Acesulfam K ; Zinkcitrat, Trennmittel Siliciumdioxid, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Farbstoff Riboflavin	73,23 g / 100g 3,66 g / Portion	160 mg Vit. C (200 %) 2,25 mg Zink (23 %)	Da dieses Produkt Zink enthält, ist es nicht geeignet für Kinder und Jugendliche vor Vollendung des 17. Lebensjahres.	1x täglich 1 Portion

	Produktname	Hersteller/Ve	Bezeichnung	Zutatenliste	Zucker	Mikronährstoffe/ Portion	Spezielle Hinweise	Dosierung
9	Additiva Heißer Salbei, Sachet	Dr. B. Schaeffler Nachf., Bergisch- Gladbach	NEM mit Vitamin C + Zink + Vitamin D3	Zucker , Salbeiblätterextrakt (6 %), Maltodextrin , Honig (3,7 %), Vitamin C, Säuerungsmittel Citronensäure, natürliche Aromen, Zinksulfat, Trennmittel Siliciumdioxid, Vitamin D3	keine Angaben	240 mg Vit. C (300 %) 5 mg Zink (50 %) 5 µg Vit. D (100 %)		1x täglich ein Sachet
10	Doppelherz Heißer Salbei + Honig + Menthol, 10 Beutel	Queisser Pharma, Flensburg	NEM Granulat mit Vitamin C, B2, Niacin, Zink und Salbeiblätterextr akt	Zucker , Maltodextrin , Honig 3 % , Salbeiblätterextrakt 2,6 %, L-Ascorbinsäure, Säuerungsmittel Citronensäure, natürliches Mentholaroma, Trennmittel Siliciumdioxid, Aroma, Zinksulfat, Nicotinamid, Riboflavin	keine Angaben	300 mg Vit. C (375 %)* 2 mg Vit.B2 (143 %) 6 mg Niacin (38 %) 5 mg Zink (50 %)	nicht für Kinder unter 12 Jahren	1x täglich 1 Portion
11	Multi- Vitamine Immun Family, 25 Portionen	Queisser Pharma, Flensburg	NEM mit Vitaminen und Magnesium	Wasser, Zucker , Magnesiumcitrat, Orangensaftpulver , Natrium-L-ascorbat, Aroma, L-Ascorbinsäure, Verdickungsmittel Xanthan, DL-alpha-Tocopherylacetat, Konservierungsstoff Kaliumsorbat, Calcium-D- pantothenat, Konservierungsstoff Natriumbenzoat, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Retinylpalmitat, Farbstoff Carotin, Pterolymonoglutaminsäure, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin	keine Angaben	300 µg Vit.A (38 %) 5 µg Vit. D (100 %) 8 mg Vit.E (67 %) 70 mg Vit. C (88 %) 0,8 mg B1 (73 %) 0,9 mg B2 (64 %) 4 mg Pantoth. (67 %) 0,5 mg B6 (36 %) 100 µg Fols. (50 %) 10 µg Biotin (20 %) 1,5 µg B12 (60 %) 56,3 mg Mg (15 %) kein Vitamin A (Retinylpalmitat) in NEM laut BfR*	Für Kinder unter 4 Jahren ist das NEM nicht geeignet. Nach Anbruch im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 4 Wochen aufbrauchen. Lactosefrei glutenfrei	Kinder ab 4 Jahren, Jugendliche und Erwachsene verzehren täglich 10 ml.
12	Emcur Immunstark - Saft	Emcur GmbH, Mainzer Str. 1c, 56130 Bad Ems	NEM	Fruktose- und Glukosesirup (u. a. 85 % Fruktose, 13,5 % Glukose) , Verdickungsmittel Glycerin, Wasser, Weidenrinden- Flüssigextrakt (Salix ssp.), Holunderkonzentrat (Sambucus nigra L.) , Propolis-Flüssigextrakt, Konzentrat aus schwarzer Johannisbeere (Ribes nigrum L.) , Wegerichkonzentrat (Plantago major L.), Propolis-Trockenextrakt, Kiefernknospen- Flüssigextrakt (Pinus sylvestris L.), Thymiankonzentrat (Thymus vulgaris L.), Echinacea-Flüssigextrakt (Echinacea purpurea L.), Stabilisatoren Carboxymethylcellulose und mikrokristalline Cellulose; L- Ascorbinsäure (Vitamin C), Zinkgluconat, Konservierungsstoff Kaliumsorbat, Eukalyptusöl (Eucalyptus globulus Labill), Eukalyptusaroma, Mangangluconat, Pfefferminzöl (Mentha piperita L.), Kupfergluconat. Alkohol 2,5 % vol.	keine Angabe	80mg C (100 %) 10mg Zink (100 %) 2mg Mangan (100 %) 1mg Kupfer (100 %) BfR*: Kupfer nicht für Kinder und Jugendliche	laktosefrei, glutenfrei, vegetarisch, ohne Farbstoffe vor dem Verzehr gut schütteln Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie einen gesunden Lebensstil. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Kühl, trocken und lichtgeschützt lagern – sowie außerhalb der Reichweite von Kindern. Geeignet für Kinder ab 12 Jahren und Erwachsene. Nicht bei Kindern unter 12 Jahren anwenden. Nicht während der Schwangerschaft verwenden. Bei bekannten Allergien gegen Bienenprodukte wird vom Verzehr abgeraten. Nicht empfohlen für Personen mit Unverträglichkeiten gegen Salicylate. Bei der Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten fragen Sie vor dem Verzehr Ihren Arzt oder Apotheker.	Drei Mal am Tag 10 ml (1 EL) zu den Mahlzeiten verwenden.

	Produktname	Hersteller/Ve	Bezeichnung	Zutatenliste	Zucker	Mikronährstoffe/ Portion	Spezielle Hinweise	Dosierung
13	Emcur Immunstark - Saft für Kinder	Emcur GmbH, Mainzer Str. 1c, 56130 Bad Ems	NEM	Fruktosesirup , Propolisextrakt, Echinaceaextrakt (Echinacea purpurea L.), Thymianextrakt (Thymus vulgaris L.), Wegerichextrakt (Plantago lanceolata L.), Ascorbinsäure (Vitamin C), Wasser, Konservierungsstoff Kaliumsorbat, Kirscharoma.	keine Angabe	40 mg C (50%) bei 10 ml bzw. 80 mg C (100 %) bei 20 ml	Kann bei Kindern ab 3 Jahren angewandt werden. Flasche vor der Anwendung gut schütteln frei von Farbstoffen glutenfrei, laktosefrei und vegetarisch Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie einen gesunden Lebensstil. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Kühl, trocken und lichtgeschützt lagern - sowie außerhalb der Reichweite von Kindern. Bei bekannten Allergien gegen Bienenprodukte wird vom Verzehr abgeraten.	Kinder bis zu 5 Jahren: 2x am Tag - vorzugsweise morgens und abends - 5 ml (entspricht 1 TL) Kinder ab 5 Jahren: 2x am Tag - vorzugsweise morgens und abends - 10 ml (entspricht 1 EL)
14	ImmuBoost Plus Shot	founderholics GmbH, Rheinallee 88, 55120 Mainz	NEM mit Vitaminen, Mineralstoffen und Pflanzenextrakten. Mit Zucker und Süßungsmitteln	Wasser, Dextrose , Säuerungsmittel (Milchsäure), Tri-Magnesiumdicitrat, Acerolaextrakt, L-Histidin, Ginkgoextrakt, L-Ascorbinsäure, Natrium-L-Ascorbat, Zinkcitrat, Ingwerextrakt , Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Riboflavin, Natriumselenat, Cholecalciferol , Cyanocobalamin, Verdickungsmittel (Xanthan), Süßungsmittel (Steviolglycoside aus Stevia), Konservierungsstoffe (Natriumbenzoat, Kaliumsorbat), Aroma	keine Angaben	pro Shot 60ml: 6,3 µg D3 (125 %) 1,4 mg B1 (125 %) bzw. 1,1 1,8 mg B2 (125 %) bzw. 1,4 1,8 mg B6 (125 %) bzw. 1,4 3,1 µg B12 (125 %) bzw. 2,5 120 mg C (150 %) bzw. 60 75 mg Mg (20 %) 13 mg Zink (125 %) bzw. 7,5 69 µg Selen (125 %)	Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge von 1 Shot darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Für kleine Kinder unzugänglich aufbewahren. Trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C aufbewahren vegan & natürliche Pflanzenextrakte	Täglich ein Fläschchen nach der ersten Mahlzeit des Tages einnehmen. Täglich oder als Immunkur
15	ImmuBoostDrink	founderholics GmbH, Rheinallee 88, 55120 Mainz	NEM mit Vitaminen, Mineralstoffen und Pflanzenextrakten. Mit Zucker und Süßungsmitteln	Dextrose , Inulin, Magnesiumcitrat, Kaktusfeigenextrakt , Acerolaextrakt , Säuerungsmittel (Zitronensäure), Natriumbicarbonat, Aroma, Ginkgoextrakt (Ginkgo Biloba), Kaliumchlorid, Zinkcitrat, Weidenrindenextrakt, Ingwerextrakt , Süßungsmittel (Sucralose , Steviolglycoside), Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Folsäure	keine Angaben	1,1mg B1 (100%) 1,4mg B2 (100%) 1,4mg B6 (100%) 200µg Folsäure (100%) 60mg C (75%) 75mg Mg (20%) 7,5mg Zink (75%)	vegan, gluten- und laktosefrei Flasche vor der Anwendung gut schütteln. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge von 2 Getränken darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Für kleine Kinder unzugänglich aufbewahren. Trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C aufbewahren	2 Messlöffel (= 7,5g) in ca. 100ml stillem Wasser auflösen
16	ImmuBoost Sticks	founderholics GmbH, Rheinallee 88, 55120 Mainz	NEM mit Vitaminen, Mineralstoffen und Pflanzenextrakten. Mit Zucker und Süßungsmitteln	Wasser, Dextrose , Inulin, Magnesiumcitrat, Kaktusfeigenextrakt , Acerolaextrakt, Säuerungsmittel (Zitronensäure), Natriumbicarbonat, Aroma, Ginkgoextrakt (Ginkgo Biloba), Kaliumchlorid, Zinkcitrat, Weidenrindenextrakt, Ingwerextrakt , Süßungsmittel (Sucralose , Steviolglycoside), Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Folsäure	keine Angaben	1,1mg B1 (100%) 1,4mg B2 (100%) 1,4mg B6 (100%) 200µg Folsäure (100%) 60mg C (75%) 75mg Mg (20%) 7,5mg Zink (75%)	vegan, gluten- und laktosefrei Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge von 1 Stick darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Für kleine Kinder unzugänglich aufbewahren. Trocken, lichtgeschützt und nicht über 25°C aufbewahren	Täglich einen Stick in ca. 100ml stilles Wasser einrühren

	Produktname	Hersteller/Ve	Bezeichnung	Zutatenliste	Zucker	Mikronährstoffe/ Portion	Spezielle Hinweise	Dosierung
17	Immunity Vit2go	Vertrieb durch MAD Ventura S.L., Avenida General Peron, Num. 32, Planat 21, Puerta M, 28020 Madrid, Spanien. Hergestellt in Deutschland	NEM mit einer Zuckerart & Süßungsmitteln	Fruchtpulver Orange auf Maltodextrin , 15% Vitamin C-haltiger Acerolaextrakt, Calciumcitrat, Säuerungsmittel Zitronensäure, L-Glutamin, Dextrose , Säureregulator Natriumbicarbonat, Aroma, L-Carnitintartrat, 1,3% Zinkgluconat, 0,6% Ingwer Wurzelextrakt , Eisenfumarat, Calciumcarbonat, Calciumpantothenat, Niacinamid, Süßungsmittel Steviolglycoside , Betacarotin, Süßungsmittel Sucralose , Pfefferextrakt, Thiamin Hydrochlorid, Pyridoxin Hydrochlorid, Riboflavin, Cholecalciferol, Phyllochin, Retinylacetat, Folsäure, Biotin, Natriumselenat, Cyanocobalamin	keine Angaben	15mg Zink (150%) 55 µg Selen (100 %) 200mg Calcium (25%) 14 mg Eisen (100%) 300mg C (375%) 5 µg D (100%) 2mg B1 (182%) 2,3mg B2 (164%) 17mg B3 (106%) 18mg B5 (300%) 1,9mg B6 (136%) 600µg Folsäure (300%) 7,5 µg B12 (300%) 11,25 µg K1 (15%) 120µg A (15%) 75 µg Biotin (150%) kein Vitamin A (Retinylacetat) in NEM laut BfR*	Die empfohlene tägliche Verzehrmenge von 1 Sachet (10g) sollte nicht überschritten werden Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Kühl und trocken außerhalb der Reichweite von Kindern lagern. Während der Schwanger- oder Stillzeit, bei Einnahme von Medikamenten, oder bei Vorliegen einer Lebensmittelallergie, suche bitte ärztlichen Rat, bevor Du IMMUNITY trinkst. vegan, ohne Farbstoffe+H24	Inhalt mit mindestens 200ml Wasser vermischen & umrühren
18	immunLoges Saft	Dr. Loges + Co. GmbH, Schützenstraße 5, 21423 Winsen (Luhe)	NEM mit besonderen Naturstoffen, Vitaminen und Spurenelementen	Wasser, roter Traubensaft (aus rotem Traubensaftkonzentrat), Zucker , schwarzer Johannisbeersaft (aus schwarzem Johannisbeersaftkonzentrat), Heidelbeersaft (aus Heidelbeersaftkonzentrat), Spirulina-Extrakt (Spirimmun), L-Ascorbinsäure (Vit. C), 1,3-/1,6-b-Glucane (aus Hiratake-Pilzen), Natrium-L-ascorbat, Zinkcitrat, Verdickungsmittel Xanthan, Natriumselenat, Cholecalciferol, Konservierungsstoffe: Kaliumsorbat, Natriumbenzoat; natürliches Aroma	keine Angaben	pro 5ml/20ml: Vit. C 40mg /160mg (200%) Vit. D3 5 µg/20ug (200%) Selen 27,5µg /110ug (200%) Zink 2,5mg/10mg (100%) NRV% für 5ml nicht angegeben, nur für 20ml	NEM sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren Mit kindgerechtem Fruchtgeschmack, frei von künstlichen Farbstoffen und Aromastoffen vegetarisch, laktosefrei, glutenfrei, hergestellt in D	bis 6 Jahre: morgens, 5ml/1 TL 7-12 Jahre: morgens, 10ml/2 TL über 12 Jahre und Erwachsene: morgens, 20ml/4 TL
19	Rotbäckchen Vital Immun-Formel	Haus Rabenhorst, 53572 Unkel/Rhein	NEM mit Zink, Vitamin C und D3	roter Traubensaft , Aroniasaft , Holundersaft , Heidelbeersaft , Schwarzer Johannisbeersaft , Vitamin C, Zinkgluconat, Vitamin D3	keine Angaben	pro 40ml: 80mg C (100%) 5mg Zink (50%) 2,5µg D (50%)	Wir empfehlen eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise NEM sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Für kleine Kinder unzugänglich aufbewahren vegan Ohne Zusatz von Konservierungs-, Farb-, Süß- und Aromastoffen Alkohol-, gluten- und laktosefrei	2x täglich 20ml = 40ml (Tagesportion) für Jugendliche und Kinder ab 4 Jahren gleiche Dosierempfehlung

* BfR (2021): Aktualisierte Höchstmengenvorschläge für Vitamine und Mineralstoffe in Nahrungsergänzungsmitteln und angereicherten Lebensmitteln. Stellungnahme Nr. 009/2021 vom 15.03.2021

** DGE-Referenzwerte, 2. Auflage, 7. aktualisierte Ausgabe 2021, www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte