

Zutaten und Nährwerte:

Overnight Oats – Edle Erdbeere: 66% **Vollkorn-Haferflocken** , Datteln, 6% Erdbeeren, Leinsamen, Kürbiskerne, Sonnenblumenöl, Reismehl.

Overnight Oats – Goldene Mango: 67 % **Vollkorn-Haferflocken** Datteln, 8 % Mango, Sonnenblumenkerne, Leinsamen, Sonnenblumenöl, Reismehl.

Overnight Oats – Koko Kakao: 71,5 % **Vollkorn-Haferflocken** Datteln, 5 % fettarmes Kakaopulver, 3 % geröstete Kakaobohnen, 3 % geröstete Kokosnussraspeln, Sonnenblumenöl, Reismehl.

Overnight Oats – Bananen Split: 71 % **Vollkorn-Haferflocken** 21 % Banane, 6 % geröstete Kakaobohnen, Sonnenblumenöl, Reismehl.

Overnight Oats – Typ Eiskaffee: 65% **Vollkorn-Haferflocken** , Datteln, 15,5% Aprikosen, Reismehl, 1,4% Kaffee-Extrakt, Sonnenblumenöl, fettarmes Kakaopulver.

Hinweis für Allergiker: Enthält glutenhaltiges Getreide. Kann Spuren von Milch, Sellerie, Soja, Ei und Senf enthalten.

Unzubereitetes Produkt pro 100 g (pro Portion: 50 g)	Overnight Oats – Edle Erdbeere	Overnight Oats – Goldene Mango	Overnight Oats – Koko Kakao	Overnight Oats – Bananen Split	Overnight Oats – Typ Eiskaffee
Brennwert	1574 (787) kJ / 374 (187) kCal	1597 (799) kJ / 380 (190) kCal	1584 (792) kJ / 377 (189) kCal	1625 (813) kJ / 386 (193) kCal	1435 (718) kJ / 341 (171) kCal
Fett	9,8 (4,9) g	10 (5) g	10 (5,1) g	9,4 (4,7) g	5,8 (2,9) g
-davon gesättigte Fettsäuren	1,5 (0,8) g	1,4 (0,7) g	4,2 (2,1) g	3 (1,5) g	1 (0,5) g
Kohlenhydrate	53 (27) g	56 (28) g	54 (27) g	59 (30) g	56 (28) g
-davon Zucker*	13 (6,7) g	15 (7,5) g	11 (5,3) g	14 (7,2) g	17 (8,3) g
Ballaststoffe	11 (5,6) g	10 (5,2) g	11 (5,6) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Eiweiß	13 (6,3) g	12 (5,8) g	12 (5,9) g	11 (5,6) g	10 (5,1) g
Salz	0,0 (0,0) g	0,04 (0,02) g	0,03 (0,02) g	0,02 (0,01) g	0,03 (0,02) g

Zutaten und Nährwerte:

Porridge – Dreierlei Beere: 64,5% **Vollkorn-Haferflocken** , 15% Korinthen, 7% Apfelpulver, 5% schwarze Johannisbeeren, 4,5% Cranberries, Ananassirup, Reismehl, Ananassaftkonzentrat, Sonnenblumenöl.

Porridge – Feiner Kakao: 61% **Vollkorn-Haferflocken** , getrocknete Dattelstücke, Apfelpulver, 5,1% geröstete Kakaobohnen, 2,4% fettarmes Kakaopulver, Reismehl, Sonnenblumenöl.

Porridge – Fruchtige Kokosnuss: 68% **Vollkorn-Haferflocken**, getrocknete Aprikosenstücke, getrocknete Dattelstücke, getrocknete Feigenstücke, 6,4% geröstete Kokosnuss (Chips, Raspeln), Reismehl, Sonnenblumenöl.

Porridge – Kerniger Klassiker: **Vollkorn-Haferflocken** .

Porridge – Mohnige Banane: 61,5% **Vollkorn-Haferflocken** , 22% getrocknete Bananenstücke, 10% Bananenflocken, 6% Blaumohn, Reismehl.

Porridge – Zimtiger Apfel: 67% **Vollkorn-Haferflocken** , 23,5% getrocknete Apfelstücke, 7% Apfelmehl, 1% Zimt, Sonnenblumenöl, Reismehl.

Hinweis für Allergiker: Enthält glutenhaltiges Getreide. Kann Spuren von Milch, Sellerie, Soja, Ei und Senf enthalten.

Unzubereitetes pro 100 g (pro Portion: 50 g)	Porridge – Dreierlei Beere	Porridge – Feiner Kakao	Porridge – Fruchtige Kokosnuss	Porridge – Kerniger Klassiker	Porridge – Mohnige Banane	Porridge – Zimtiger Apfel
Brennwert	1518 (759) kJ / 360 (180) kCal	1544 (772) kJ / 367 (184) kCal	1551 (790) kJ / 373 (188) kCal	1566 (783) kJ / 372 (186) kCal	1571 (780) kJ / 373 (187) kCal	1536 (768) kJ / 365 (183) kCal
Fett	5,3 (2,7) g	8,6 (4,3) g	9,7 (4,9) g	7 (3,5) g	6,9 (3,5) g	6,1 (3,1) g
-davon gesättigte Fettsäuren	0,9 (0,5) g	2,8 (1,4) g	4,9 (2,5) g	1,3 (0,7) g	1,1 (0,5) g	1,0 (0,5) g
Kohlenhydrate	62 (31) g	57 (29) g	54 (27) g	59 (29) g	62 (31) g	62 (31) g
-davon Zucker*	22 (11) g	18 (9) g	13 (6,5) g	0,7 (0,5) g	20 (10) g	20 (9,8) g
Ballaststoffe	11 (5,5) g	11 (5,5) g	11 (5,5) g	10 (5) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Eiweiß	9,7 (4,9) g	10 (5) g	11 (5,5) g	14 (6,8) g	11 (5,5) g	9,6 (4,8) g
Salz	0,02 (0,01) g	0,04 (0,02) g	0,04 (0,02) g	0,10 (0,05) g	0,07 (0,04) g	0,02 (0,01) g

*Enthält von Natur aus Zucker

Zutaten und Nährwerte:

Haferriegel – Zimtiger Apfel: 39% **Vollkorn-Haferflocken** , 13,9% getrocknete Apfelstücke, Reissirup, Rapsöl, 6,6% Apfelsaftkonzentrat, Zichorienwurzelfaser, 4,7% Apfelpüreekonzentrat, 1,8% Apfelmehl, 0,8% Zimt, Emulgator: Lecithin.

Hinweis für Allergiker: Kann Spuren von Gluten, Ei, Erdnüssen, Soja, Milch, Schalenfrüchten, Sesam und Schwefeldioxid enthalten.

Unzubereitetes Produkt pro 100 g (pro Portion: 55 g)	Haferriegel – Zimtiger Apfel
Brennwert	1635 (215) kJ / 390 (215) kCal
Fett	12 (6,7) g
-davon gesättigte Fettsäuren	1,3 (0,7) g
Kohlenhydrate	58 (32,1) g
-davon Zucker*	22 (12,2) g
Ballaststoffe	11 (6,1) g
Eiweiß	6,1 (3,4) g
Salz	<0,01 (<0,01) g

*Enthält von Natur aus Zucker

Ingredients and Nutritional Values:

Overnight Oats - Noble Strawberry: 66% **wholegrain oat flakes**, dried date pieces, 6% freeze-dried strawberry pieces, pumpkin seeds, linseed, sunflower oil, rice flour.

Overnight Oats - Golden Mango: 67% **wholegrain oat flakes**, dates, 8% mango, sunflower seeds, linseed, sunflower oil, rice flour.

Overnight Oats - Coconut Cocoa: 71.5% **wholegrain oat flakes**, dates, 5% low-fat cocoa powder, 3% roasted cocoa beans, 3% roasted coconut flakes, sunflower oil, rice flour.

Overnight Oats - Banana Split: 71% **wholegrain oat flakes**, 21% banana, 6% roasted cocoa beans, sunflower oil, rice flour.

Overnight Oats - Iced Coffee: 65% **wholegrain oat flakes**, dates, apricots, rice flour, 1.4% coffee extract, sunflower oil, low-fat cocoa powder.

Note for allergy sufferers: Contains grains containing gluten. May contain traces of milk, celery, soy, egg and mustard.

Unprepared Product per 100g (per serving: 50g)	Overnight Oats - Noble Strawberry	Overnight Oats - Golden Mango	Overnight Oats - Coconut Cocoa	Overnight Oats - Banana Split	Overnight Oats - Iced Coffee
Caloric Value	1574 (787) kJ / 374 (187) kCal	1597 (799) kJ / 380 (190) kCal	1584 (792) kJ / 377 (189) kCal	1625 (813) kJ / 386 (193) kCal	1435 (718) kJ / 341 (171) kCal
Fat	9,8 (4,9) g	10 (5) g	10 (5,1) g	9,4 (4,7) g	5,8 (2,9) g
-of which saturates	1,5 (0,8) g	1,4 (0,7) g	4,2 (2,1) g	3 (1,5) g	1 (0,5) g
Carbohydrates	53 (27) g	56 (28) g	54 (27) g	59 (30) g	56 (28) g
-of which sugars*	13 (6,7) g	15 (7,5) g	11 (5,3) g	14 (7,2) g	17 (8,3) g
Fibre	11 (5,6) g	10 (5,2) g	11 (5,6) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Protein	13 (6,3) g	12 (5,8) g	12 (5,9) g	11 (5,6) g	10 (5,1) g
Salt	0,0 (0,0) g	0,04 (0,02) g	0,03 (0,02) g	0,02 (0,01) g	0,03 (0,02) g

*Naturally contains sugar

Ingredients and Nutritional Values:

Porridge - Triple Berry: 65% **wholegrain oat flakes**, 15% currants, apple powder, 5% black currants, 4.5% cranberries, pineapple syrup, rice flour, pineapple juice concentrate, sunflower oil.

Porridge - Finest Cocoa: 61% **wholegrain oat flakes**, dried date pieces, apple powder, 5.1% roasted cocoa beans, 2.4% low-fat cocoa powder, rice flour, sunflower oil.

Porridge - Fruity Coconut: 63.5% **wholegrain oat flakes**, 19.8% dried date pieces, 9.1% dried apricot pieces, 5% dried mango, 1.3% pineapple, rice flour.

Porridge - Original Classic: 100% **wholegrain oat flakes**.

Porridge - Banana & Poppy Seed: 61.5% **wholegrain oat flakes**, 22% dried banana pieces, 10% banana flakes, 6% blue poppy seeds, rice flour.

Porridge - Apple & Cinnamon: 67% **wholegrain oat flakes**, 23.5% dried apple pieces, 7% apple flour, 1% cinnamon, sunflower oil, rice flour.

Note for allergy sufferers: Contains grains containing gluten. May contain traces of milk, celery, soy, egg and mustard.

Unprepared per 100g (per serving: 50g)	Porridge - Three Berry	Porridge – Finest Cocoa	Porridge – Fruity Coconut	Porridge – Original Classic	Porridge – Banana & Poppy Seed	Porridge – Apple & Cinnamon
Caloric Value	1518 (759) kJ / 360 (180) kCal	1544 (772) kJ / 367 (184) kCal	1551 (790) kJ / 373 (188) kCal	1566 (783) kJ / 372 (186) kCal	1571 (780) kJ / 373 (187) kCal	1536 (768) kJ / 365 (183) kCal
Fat	5,3 (2,7) g	8,6 (4,3) g	9,7 (4,9) g	7 (3,5) g	6,9 (3,5) g	6,1 (3,1) g
-of which saturates	0,9 (0,5) g	2,8 (1,4) g	4,9 (2,5) g	1,3 (0,7) g	1,1 (0,5) g	1,0 (0,5) g
Carbohydrates	62 (31) g	57 (29) g	54 (27) g	59 (29) g	62 (31) g	62 (31) g
-of which sugars*	22 (11) g	18 (9) g	13 (6,5) g	0,7 (0,5) g	20 (10) g	20 (9,8) g
Fibre	11 (5,5) g	11 (5,5) g	11 (5,5) g	10 (5) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Protein	9,7 (4,9) g	10 (5) g	11 (5,5) g	14 (6,8) g	11 (5,5) g	9,6 (4,8) g
Salt	0,02 (0,01) g	0,04 (0,02) g	0,04 (0,02) g	0,10 (0,05) g	0,07 (0,04) g	0,02 (0,01) g

*Naturally contains sugar

Ingredients and Nutritional Values:

Oat Bars - Cinnamon Apple: 39% **wholegrain oat flakes** , 13.9% dried apple pieces, rice syrup, rapeseed oil, 6.6% apple juice concentrate, chicory root fibre, 4.7% apple puree concentrate, 1.8% apple flour, 0.8% cinnamon, emulsifier: lecithin.

Note for allergy sufferers: May contain traces of gluten, egg, peanuts, soy, milk, nuts, sesame and sulfur dioxide.

Unprepared product per 100g (per serving: 55g)	Oat Bars - Cinnamon Apple
Calorific Value	1635 (215) kJ / 390 (215) kCal
Fat	12.2 (6.7)g
-of which saturates	1.31 (0.7)g
Carbohydrates	58.4 (32.1)g
-of which sugars*	22.1 (12.2)g
Fibre	11 (6.1)g
Protein	6.1 (3.4)g
Salt	<0.01 (<0.01)g

*Naturally contains sugar

Ingrediënten en Voedingswaarden:

Overnight Oats – Edele Aardbei: 66% **Volkoren havervlokken**, gedroogde dadelstukjes, 6% gevriesdroogde stukjes aardbei, pompoenpitten, lijnzaad, zonnebloemolie, rijstmeel.

Overnight Oats – Gouden Mango: 67% **Volkoren havervlokken**, Dadels, 8% Mango, Zonnebloempitten, Lijnzaad, Zonnebloemolie, Rijstmeel.

Overnight Oats – Coco Cacao: 71,5% **Volkoren havervlokken**, dadels, 5% magere cacao-poeder, 3% geroosterde cacao-bonen, 3% geroosterde geraspte kokosnoot, Zonnebloemolie, Rijstmeel.

Overnight Oats – Bananen Split: 71% **Volkoren havervlokken**, 21% Banaan, 6% Geroosterde cacao-bonen, Zonnebloemolie, Rijstmeel.

Overnight Oats – Ijskoffie: 65% **Volkoren havervlokken**, Dadels, Abrikozen, Rijstmeel, 1,4% koffie-extract, Zonnebloemolie, Magere Cacao-poeder.

Opmerking voor mensen met een allergie: Bevat glutenbevattende granen. Kan sporen bevatten van Melk, Selderij, Soja, Ei en Mosterd.

Onbereid product per 100 g (per portie: 50 g)	Overnight Oats – Edele Aardbei	Overnight Oats – Gouden Mango	Overnight Oats – Coco Cacao	Overnight Oats – Bananen Split	Overnight Oats – Ijskoffie
Calorische waarde	1574 (787) kJ / 374 (187) kCal	1597 (799) kJ / 380 (190) kCal	1584 (792) kJ / 377 (189) kCal	1625 (813) kJ / 386 (193) kCal	1435 (718) kJ / 341 (171) kCal
Vet	9,8 (4,9) g	10 (5) g	10 (5,1) g	9,4 (4,7) g	5,8 (2,9) g
-waarvan verzadigde vetzuren	1,5 (0,8) g	1,4 (0,7) g	4,2 (2,1) g	3 (1,5) g	1 (0,5) g
Koolhydraten	53 (27) g	56 (28) g	54 (27) g	59 (30) g	56 (28) g
-waarvan suiker*	13 (6,7) g	15 (7,5) g	11 (5,3) g	14 (7,2) g	17 (8,3) g
Voedingsvezels	11 (5,6) g	10 (5,2) g	11 (5,6) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Eiwit	13 (6,3) g	12 (5,8) g	12 (5,9) g	11 (5,6) g	10 (5,1) g
Zout	0,0 (0,0) g	0,04 (0,02) g	0,03 (0,02) g	0,02 (0,01) g	0,03 (0,02) g

Ingrediënten en Voedingswaarden:

Porridge – Drie Soorten Bessen: 65% **Volkoren havervlokken** , 15% Aalbessen, Appelpoeder, 5% Zwarte Bessen, 4,5% Veenbessen, Ananassiroop, Rijstmeel, Ananassapconcentraat, Zonnebloemolie.

Porridge – Fijnste cacao: 61% **Volkoren havervlokken** , Gedroogde Dadelstukjes, Appelpoeder, 5,1% Geroosterde Cacaobonen, 2,4% Magere Cacaopoeder, Rijstmeel, Zonnebloemolie.

Porridge – Fruitige Kokosnoot: 63,5% **Volkoren havervlokken** , Gedroogde dadels, 19,8% Gedroogde Dadelstukjes, 9,1% Gedroogde Abrikozenstukjes, 5% Gedroogde Mango, 1,3% Ananas, Rijstmeel.

Porridge – Origineel Klassiek: **Volkoren havervlokken** .

Porridge – Banaan & Maanzaad: 61,5% **Volkoren havervlokken** , 22% Gedroogde Banaanstukjes, 10% Bananenvlokken, 6% Blauw maanzaad, Rijstmeel.

Porridge – Appel & Kaneel: 67% **Volkoren havervlokken** , 23,5% Gedroogde appelstukjes, 7% Appelmeel, 1% Kaneel, Zonnebloemolie, Rijstmeel.

Opmerking voor mensen met een allergie: Bevat glutenbevattende granen. Kan sporen bevatten van Melk, Selderij, Soja, Ei en Mosterd.

Onbereid product per 100 g (per portie: 50 g)	Porridge – Drie Soorten Bessen	Porridge – Fijnste Cacao	Porridge – Fruitige Kokosnoot	Porridge – Origineel Klassiek	Porridge – Banaan & Maanzaad	Porridge – Appel & Kaneel
Calorische waarde	1518 (759) kJ / 360 (180) kCal	1544 (772) kJ / 367 (184) kCal	1551 (790) kJ / 373 (188) kCal	1566 (783) kJ / 372 (186) kCal	1571 (780) kJ / 373 (187) kCal	1536 (768) kJ / 365 (183) kCal
Vet	5,3 (2,7) g	8,6 (4,3) g	9,7 (4,9) g	7 (3,5) g	6,9 (3,5) g	6,1 (3,1) g
-waarvan verzadigde vetzuren	0,9 (0,5) g	2,8 (1,4) g	4,9 (2,5) g	1,3 (0,7) g	1,1 (0,5) g	1,0 (0,5) g
Koolhydraten	62 (31) g	57 (29) g	54 (27) g	59 (29) g	62 (31) g	62 (31) g
-waarvan suiker*	22 (11) g	18 (9) g	13 (6,5) g	0,7 (0,5) g	20 (10) g	20 (9,8) g
Voedingsvezels	11 (5,5) g	11 (5,5) g	11 (5,5) g	10 (5) g	10 (5) g	11 (5,5) g
Eiwit	9,7 (4,9) g	10 (5) g	11 (5,5) g	14 (6,8) g	11 (5,5) g	9,6 (4,8) g
Zout	0,02 (0,01) g	0,04 (0,02) g	0,04 (0,02) g	0,10 (0,05) g	0,07 (0,04) g	0,02 (0,01) g

*Bevat van nature suiker

Ingrediënten en Voedingswaarden:

Haferriegel –Kaneel & Appel: 39% **Volkoren havervlokken**, Gedroogde Appelstukjes 13,9%, Rijststroop, Raapzaadolie, 6,6% Appelsapconcentraat, Cichoreiwortelvezels, 4,7% Appelmoesconcentraat, 1,8% Appelmeel, 0,8% Kaneel, Emulgator: Lecithine.

Opmerking voor mensen met een allergie: Kan sporen bevatten van Gluten, Ei, Pinda's, Soja, Melk, Noten, Sesam en Zwaveldioxide.

Unzubereitetes Produkt pro 100 g (pro Portion: 55 g)	Haferriegel –Kaneel & Appel
Calorische waarde	1635 (215) kJ / 390 (215) kCal
Vet	12,2 (6,7) g
-waarvan verzadigde vetzuren	1,31 (0,7) g
Koolhydraten	58,4 (32,1) g
-waarvan suiker*	22,1 (12,2) g
Voedingsvezels	11 (6,1) g
Eiwit	6,1 (3,4) g
Zout	<0,01 (<0,01) g

*Bevat van nature suiker