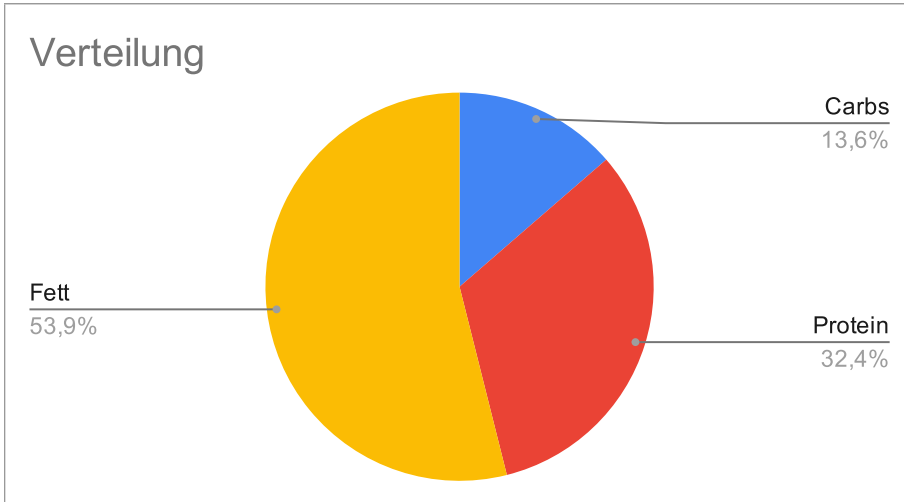


Durchschnittliche Nährstoffverteilung

Grundwerte		Now	Bed	kcal	Anteil
Kalorien	■	1997	2000	3	
Carbs	■	68	50	278	13,9%
Protein	■	161	100	661	33,1%
Fett	■	122	50	1096	54,9%

Protein / kg	
60	2,69
75	2,15
90	1,79
110	1,47



Mineralstoffe	Now	Bed	Vitamine	Now	Bed	Aminosäuren	Now	Bed			
Kalzium	■	1259	1011	Vit. C	■	247	77	Tryptophan	■	2	1
Eisen	■	20	12	Vit A+RA	■	2092	778	Threonin	■	6	4
Magnesium	■	617	320	Vit. D IU	■	192	561	Isoleucin	■	7	5
Phosphor	■	2384	776	B1	■	1,3	1,1	Leucin	■	12,4	10,0
Kalium	■	4086	1885	B2	■	3,7	1,2	Lysin	■	11,8	8,0
Natrium	■	4025	4283	B3	■	38,7	14,1	Methionin	■	3,8	3,0
Zink	■	19,3	9,3	B5	■	10,2	4,9	Cystin	■	1,8	1,0
Kupfer	■	4742	878	B6	■	3,8	1,4	Phenylalanin	■	6,9	3,5
Fluorid	■	812	435	B9	■	638	402	Tyrosin	■	5,6	3,5
Mangan	■	4,8	2,9	B12	■	19,3	2,2	Valin	■	8,0	6,0
Selen	■	171	52	K1	■	828	83	Arginin	■	9,8	3,0
Salz	■	10,2	5,0	K2 MK-4	■	0,3	100	Alanin	■	7,3	1,0
Wasser	■	4128	3000	Vit. E	■	12	14	Serin	■	7,0	0,5

	Durchschnitt	1997	68	161	122
		kcal	g	g	g
2000 Keto					
<i>Tag</i>	Kcal	Carbs	Protein	Fett	
2000 Keto Tag 1	1985	53	150	131	
2000 Keto Tag 10	1942	49	165	118	
2000 Keto Tag 2	2052	62	185	120	
2000 Keto Tag 3	1964	72	144	127	
2000 Keto Tag 4	1975	68	123	135	
2000 Keto Tag 5	1931	78	172	104	
2000 Keto Tag 6	2033	74	169	120	
2000 Keto Tag 7	2068	58	185	121	
2000 Keto Tag 8	1933	82	173	107	
2000 Keto Tag 9	2089	82	146	135	
Gesamtsumme	19971	678	1612	1217	

	Durchschnitt	20	617	19	2092	39	19	247	22	4025
		mg	mg	mg	µg	mg	µg	mg	g	mg
2000 Keto										
<i>Tag</i>	Eisen	MG	Zink	Vit. A	Vit. B3	Vit. B12	Vit. C	Ballast.	Natrium	
2000 Keto Tag 1	29	749	28	2966	23	11	159	21	3907	
2000 Keto Tag 10	19	564	19	589	40	7	268	14	5259	
2000 Keto Tag 2	15	443	17	824	42	6	488	22	3879	
2000 Keto Tag 3	11	476	13	224	35	11	272	23	3301	
2000 Keto Tag 4	17	626	15	492	37	3	396	18	2459	
2000 Keto Tag 5	18	516	18	488	45	7	280	16	4259	
2000 Keto Tag 6	14	604	17	662	41	5	54	24	3978	
2000 Keto Tag 7	20	567	17	1667	45	12	32	18	4313	
2000 Keto Tag 8	35	1016	23	12554	54	121	172	34	5358	
2000 Keto Tag 9	23	605	25	453	25	9	348	33	3537	
Gesamtsumme	202	6166	193	20918	387	193	2469	222	40250	