

## 1903227 - Squeezy Riegel 50g Cola+Caffeine

### Verkehrsbezeichnung

Colariegel

### Zutaten

**Hafer**flocken, Reisflocken 19 % (Reismehl, **Weizen**eiweiß, Zucker, **Weizen**malz, Glukose, Kochsalz), Invertzuckersirup, Glukosesirup, Rosinen 14 %, Zucker, Glukose, extrudierte Cornflakes 3,3 % (Maismehl, **Weizen**mehl, Zucker, **Weizen**malz, Kochsalz, Aromen), Maltodextrin, **Soja**öl, Aromen, Säuerungsmittel (Citronensäure), Kochsalz, Koffein: 0,10 %

Frei von Laktose und künstlichen Süßstoffen.

**Kann Spuren von Milch, Nüssen, Erdnüssen und Sesam enthalten.**

### Nährwertangaben

Nährwertangaben	pro 100 g		pro Darreichungsform bzw. Portion	
	kJ	kcal	kJ	kcal
Brennwert/Energie	1486	350	743	175
Fett [g]	2,3		1,1	
davon gesättigte Fettsäuren [g]	0,40		0,20	
Kohlenhydrate [g]	76		38	
davon Zucker [g]	39		20	
Ballaststoffe [g]				
Eiweiß [g]	5,3		2,6	
Salz [g]	0,43		0,20	
Koffein [mg]	101			

### Verzehrempfehlung

Der SQUEEZY ENERGY BAR ist der perfekte Snack vor, während und nach sportlicher Belastung. Ein Riegel (50 g) enthält 38 g Kohlenhydrate.

### Hinweis

Dem Verzehr eines Riegels sollte in der Regel eine ausreichende Wasseraufnahme folgen.

Aufgrund des erhöhten Koffeingehaltes nicht für Kinder, Schwangere und koffeinempfindliche Personen geeignet.

Bei kurzen Wettkämpfen bis zu einer Dauer von einer Stunde (z. B. 10 km) ist eine Aufnahme von Nahrung oder Getränken während der Belastung nicht notwendig, da hier die körpereigenen Speicher zu Energieversorgung ausreichen.

Mehr Infos auf [rose.de](http://rose.de)

## 1903236 - Squeezy Riegel 50g Fruit

### Verkehrsbezeichnung

Der perfekte laktosefreie Snack vor, während und nach sportlicher Aktivität. Hoher Anteil an Kohlenhydraten. Fruchtgeschmack

### Zutaten

Reisflocken (Reismehl, **Weizeneiweiß**, Zucker, **Weizenmalz**, Glukose, Kochsalz), **Haferflocken**, Invertzuckersirup, Glukosesirup, Rosinen 12 %, Zucker, Aprikosenstücke 5,4 % (Fruktose-Glukose-Sirup, Feuchthaltemittel (Glycerin), konzentriertes Aprikosen-Püree, Zucker, **Weizenfaser**, pflanzliches Fett, Geliermittel (Pektin), Antioxidationsmittel (Ascorbinsäure), Aromen), Glukose, Kokosfett, kandierte Orangenschale (Orangenschale 1,1 %, Zucker, Glukose-Fruktose-Sirup, Säuerungsmittel (Citronensäure), Maltodextrin, Emulgator (**Sojalecithine**), Aromen, Säuerungsmittel (Citronensäure), Kochsalz.

**Kann Spuren von Milch, Nüssen, Erdnüssen und Sesam enthalten.**

### Nährwertangaben

Nährwertangaben	pro 100 g		pro Darreichungsform bzw. Portion	
	kJ	kcal	kJ	kcal
Brennwert/Energie	1541	364	770	182
Fett [g]	4,8		2,4	
davon gesättigte Fettsäuren [g]	1,80		0,90	
Kohlenhydrate [g]	74		37	
davon Zucker [g]	40		20	
Ballaststoffe [g]			1,9	
Eiweiß [g]	4,9		2,4	
Salz [g]	0,38		0,20	

### Verzehrempfehlung

Der SQUEEZY ENERGY BAR ist der perfekte Snack vor, während und nach sportlicher Belastung. Ein Riegel (50 g) enthält 36 g Kohlenhydrate.

### Hinweis

Dem Verzehr eines Riegels sollte in der Regel eine ausreichende Wasseraufnahme folgen.

Bei kurzen Wettkämpfen bis zu einer Dauer von einer Stunde (z. B. 10 km) ist eine Aufnahme von Nahrung oder Getränken während der Belastung nicht notwendig, da hier die körpereigenen Speicher zu Energieversorgung ausreichen.