



## Vitargo 323 ENERGY BAR – energi för aktiva



Naturliga ingredienser som havre, aprikoser, honung, solrosolja och vanilj inbakat i gräddpulver... ger en fantastisk frisk och mild energikaka med en touch av torkad frukt. Med **323 Energy bar 80 g** får du i dig vitaminer och mineraler på ett naturligt sätt genom råvarorna i produkten, och **323** står för 323 kcal/kaka.

**Creamy apricot vanilla flavour, aprikos & vanilj med en rund touch av grädde.**

**Vitargo 323 Energy bar** är en energibar som kan användas på många olika sätt. Stressat ifrån frukosttallriken med gröt? Varför inte ha ett par **323 Energy bars** på jobbet eller i träningsväskan? **323 kalorier** motsvarar ungefär en tallrik gröt med mjölk. Se nedan. **323 Energy bar** kan vara ett bra alternativ som mellanmål för aktivt folk i farten! Drick vatten till.

1 dl gryn, 2 dl lättmjölk, sylt ger ca 300 kcal Apelsinjuice 2 dl: 85 kcal Rågbröd med lite smör: 150 kcal	<b>FRUKOSTEN ger ca 535 kcal</b>
--	----------------------------------

### I samband med träning/tävling:

**323 Energy bar 80 g** är en rejäl energibar, vanligtvis väger bars ca 35–65 gram.

Eftersom **323 Energy bar** inte har något överdrag av choklad eller yoghurt, kladdar den inte i varmare utetemperaturer. En otroligt praktisk och lättuggad bar, som ger hela 48,5 g kolhydrater varav mindre än hälften kommer från lägre sockerarter (20,3 g). Fungerar även utmärkt som färdkost under vandring/klättring.

Under längre tävlingar i t ex skidåkning, cykel eller triathlon då en hel del sportdryck och energigel konsumeras, mår magen i regel bra av att bryta av med bitar av energibars. Denna bar är *inte* berikad med koffein, och kompletterar vår Vitargo Endurance bar 65 g på ett bra sätt. Intar man sportdryck och/eller gel och bars med koffein under längre tid, riskerar man att få i sig för höga doser koffein. Prestationen kan då bli lidande.

### Återhämtning då?

Absolut ett lämpligt alternativ, proteinhalten i 323 Energy bar är lågt\* (5,4g/bar), så komplettera gärna med en proteindrink eller varför inte 10 gram pulver Vitargo BCAA Race blandat till 3 dl dryck?

\*Cirka 20 gram protein rekommenderas tillsammans med kolhydrater vid återhämtning.

### Lagsporter? Turneringar?

Utbudet vid turneringar vad gäller mat är ofta begränsat. En god idé, tag med **323 Energy bar** och ät små bitar på under dagen. Perfekt som mellanmål i bussen till och från match. Ät en ½ energibar i halvtidsvilan!

### ENERGIKAKAN AB

POSTADRESS MAILING ADDRESS NUMBER	BESÖKSADRESS VISITING ADDRESS	E-POST/E-MAIL info@energikakan.se	TELEFON/PHONE	ORGANISATIONSNUMMER VAT REGISTRATION
Skeppsbron 11 SE-392 31 Kalmar	Skeppsbron 11 SE-392 31 Kalmar	INTERNET www.vitargo.se	0480 224 77 +46 480 224 77	556510-3941 SE556510394101

ULTIMATE SPORT ENERGY SUPPLEMENT

**Vitargo**  
www.vitargo.se

## Vitargo 323 ENERGY BAR – energi för aktiva

### 323 Energy bar 80g, Creamy apricot & vanilla

Förpackningsstorlek: 25 bars/displaylåda

Tull/HS-kod: 19.05.90.90

EAN-kod:

7394246 200199 (bar)

7394246 200205 (display)



**Ingredienser:** havregryn 46,3%, glukossirap, gräddpulver (innehåller **mjölk**), aprikos 8,0% (innehåller **svaveldioxid**), honung 6,6%, **kornstärkelse** (Vitargo) 5,0%, socker, solrosolja, rörsocker, fuktighetsbevarande medel(glycerol), aromer, konsistensgivare (**sojalecithin**), salt, vanilj 0,2%, färgämne (betakaroten).

#### Näringsvärde

##### Per 100 g

Energivärde 1695 kJ (404 kcal)

Fett 14,1 g

varav mättat 4,8 g

Kolhydrater 60,6 g

varav sockerarter 25,3 g

Fiber 5,7 g

Protein 6,8 g

Salt 35 mg

##### Per portion (80 g)

Energivärde 1356 kJ (323 kcal)

Fett 11,2 g

varav mättat 3,8 g

Kolhydrater 48,5 g

varav sockerarter 20,3 g

Fiber 4,6 g

Protein 5,4 g

Salt 28 mg

**Övrigt:** Produkten innehåller naturliga ingredienser. Trots att extra noggrann hantering gjorts för att avlägsna alla stenar, nötskal eller kärnor från råmaterialen, finns en liten risk att slutprodukten kan innehålla detta.

Svaveldioxidhalt: 127,67 ppm/ 80g

Produkten är inte vitaminberikad.

#### ENERGIKAKAN AB

POSTADRESS

MAILING ADDRESS  
NUMBER

Skeppsbron 11  
SE-392 31 Kalmar

BESÖKSADRESS

VISITING ADDRESS

Skeppsbron 11  
SE-392 31 Kalmar

E-POST/E-MAIL

info@energikakan.se

INTERNET

www.vitargo.se

TELEFON/PHONE

0480 224 77

+46 480 224 77

ORGANISATIONSNUMMER

VAT REGISTRATION

556510-3941

SE556510394101