

**BODY ATTACK™**

# INSTANT RICE PUDDING

## HIGH QUALITY SOURCE OF CARBS

**D Verzehrempfehlung:** 20-30g Pulver je nach gewünschter Konsistenz mit 150-200ml kaltem oder heißem Wasser verrühren und 2 Minuten ziehen lassen.

**Instant-Reisflocken in Pulverform zum Anrühren eines Reisbreis.** Achten Sie auf eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

**Zutaten:** 100% Reisflocken.

Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis Ende/Los-Nr.: siehe Boden. Nach dem Öffnen schnell aufbrauchen. Vor direkter Wärme und Lichteinstrahlung schützen.

**D Modo d'uso:** Mescolare, a seconda della consistenza desiderata, 20-30g di polvere e 150-200ml di acqua fredda o calda e lasciare riposare per 2 minuti.

**Fiocchi di riso in polvere per la preparazione di un porridge di riso istantaneo.** Si consiglia una dieta varia, equilibrata ed uno stile di vita sano.

**Ingredientes:** 100% fiocchi di riso.

Conservare chiuso ermeticamente, in ambiente asciutto e secco, da consumarsi preferibilmente entro la fine/nr. lotto.: Si veda il fondo della confezione. Dopo l'apertura consumare al più presto. Proteggerlo dal calore e dalla luce diretta.

**CB Recommended dosage:** Mix 20-30g powder with 150-200ml cold or hot water, depending on the desired consistency, and let it sit for 2 minutes.

**Instant rice flakes in powder form for mixing a rice pudding.** Eat a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

**Ingredients:** 100% rice flakes.

If kept unopened in a cool, dry place, best before end of/Lot no.: see bottom. Once opened, use up quickly. Keep away from direct heat and light.

**F Dosage recommandé:** Mélanger 20 à 30g de poudre avec 150 à 200ml d'eau froide ou d'eau chaude, en fonction de la consistance souhaitée, et laisser reposer pendant 2 minutes.

**Flocons de riz instantanés en poudre pour la préparation d'une bouillie de riz.** Nous recommandons une alimentation variée, équilibrée et un mode de vie sain.

**Ingredientes:** 100% flocons de riz.

À conserver non ouvert, au frais et au sec de préférence avant fin/n° de lot: voir fond de la boîte. Usage unique directement après l'ouverture. Protéger de la chaleur directe et du rayonnement solaire.

**E Recomendación de consumo:** Mezclar 20-30g de polvos con 150-200ml de agua fría o caliente, según la consistencia deseada, y dejar reposar 2 minutos.

**Copos de arroz instantáneos en polvo para preparar una papilla de arroz.** Recomendamos una alimentación variada, equilibrada y un estilo de vida saludable.

**Ingredientes:** 100% copos de arroz.

Sin abrir y almacenado en un lugar fresco y seco, se conserva hasta final de/n.º de lote: ver fondo del bote. Una vez abierto, consumir lo antes posible. Proteger del calor directo y de la exposición a la luz.

**S Rekommenderad dosering:** Rör ihop 20-30g pulver i 150-200ml kallt eller varmt vatten för önskvärd konsistens och låt dra i 2 minuter.

**Risflingor för snabb beredning till risvälling.** Vi rekommenderar omväxlingsrik, balanserad kost och sund livsstil.

**Ingredientes:** 100% Risflingor.

Vid förvaring i oöppnad förpackning, sval och torr, bäst före slutet av/produktserie nr.: se botten av burken. Måste förbrukas snabbt när förpackningen öppnats. Skyddas mot direkt värme och ljus.

**BODY ATTACK™**

# INSTANT RICE PUDDING

## HIGH QUALITY SOURCE OF CARBS

EASY SOLUBLE - HOT AND COLD!

**NATURAL FLAVOUR****VEGAN\*****1000g**

Serviererschlag

D Nährwertangaben	GB Nutrition facts	E Datos nutricionales	pro/per/por 100 g	pro/per/por 20 g	pro/per/por 30 g
Brennwert	Energy	Valor calórico	1580 kJ 372 kcal	316 kJ 74 kcal	474 kJ 112 kcal
Fett	Fat	Grasas	0,7 g	0,1 g	0,2 g
- davon gesättigte Fettsäuren	- thereof saturated fatty acids	- de ello ácidos grasos saturados	0,1 g	0 g	0 g
Kohlenhydrate	Carbohydrates	Carbohidratos	83 g	17 g	25 g
- davon Zucker	- thereof sugar	- de ello azúcar	0,2 g	0 g	0 g
Eiweiß	Protein	Proteína	7,7 g	1,5 g	2,3 g
Salz	Salt	Sal	0,01 g	0 g	0 g

D Indicazioni nutrizionali:	F Valeur nutritive	S Uppgifter om näringsämnen:	per/par/por 100 g	per/par/por 20 g	per/par/por 30 g
Energia	Valeur énergétique	Brännvärde	1580 kJ 372 kcal	316 kJ 74 kcal	474 kJ 112 kcal
Grasas	Graisse	Fett	0,7 g	0,1 g	0,2 g
- de ello ácidos grasos saturados	- dont acides gras saturés	- därav mättade fettsyror	0,1 g	0 g	0 g
Carbohidratos	Glucides	Kolhydrater	83 g	17 g	25 g
- de ello azúcar	- dont sucre	- därav socker	0,2 g	0 g	0 g
Proteine	Protéines	Äggvita	7,7 g	1,5 g	2,3 g
Salz	Sel	Salt	0,01 g	0 g	0 g

\*Von Natur aus vegan, laktose- und glutenfrei. Naturally vegan, lactose-free and gluten-free. / Naturalmente vegano, sin lactosa y sin gluten. / Naturalmente vegano, senza lattosio e senza glutine. / Naturellement végétalien, sans lactose et sans gluten. / Naturligt veganskt, laktosfritt och glutenfritt.

Inhalt = 33 - 50 Portionen  
Content = 33 - 50 servings  
Contenu = 33 - 50 Porciones  
Contenido = 33 - 50 Porzioni  
Contento: = 33 - 50 Portions  
Innehåll = 33 - 50 Delar

**MADE IN GERMANY****GLUTEN FREE\*****LACTOSE FREE\***

Exklusiv hergestellt für und Vertrieb durch/  
Exclusively manufactured for and distributed by:

**BODY ATTACK™**

Body Attack Sports Nutrition GmbH & Co. KG  
Schnackenburgallee 217-223, 22525 Hamburg  
www.body-attack.com

**1000g e**