



## Barrita Energy Plátano 55g

### recubrimiento de chocolate

Barritas deliciosas, elaboradas con productos de primera calidad; con porcentaje alto en carbohidratos (70%) y poca grasa.

#### Ingredientes:

Chocolate con leche (20% - azúcar, mantequilla de cacao, leche entera en polvo, masa de cacao, emulgente : lecitina de soja, aroma), hojuelas de arroz (16,9% - harina de arroz, gluten de trigo, azúcar, malta de trigo, dextrosa, sal), jarabe de azúcar invertido, jarabe de glucosa, uvas pasas, azúcar, dextrosa, grasa vegetal, maltodextrina, fructosa -jarabe de glucosa, aroma, humectante (glicerol), acidulante (ácido cítrico), emulgente (lecitina de soja), concentrado de puré de pera, sal, concentrado de puré de plátano (0,1%), fibra de trigo, concentrado de zumo de limón, agente gelificante (pectina), vitaminas (B1, B2, niacina, ácido pantoténico, B6, biotina, B12, C, E).

#### Análisis

	Por 100 g	Por 55 g
Energía	1686 kJ/ 400 kcal	927 kJ / 220 kcal
Proteína	5,3 g	2,9 g
Carbohidratos	70,1 g	38,5 g
- de los cuales azúcares	41,0 g	22,5 g
Grasa	10,3 g	5,7 g
y saturada	5,6 g	3,1 g
Fibra	2,9 g	1,6 g
Sodio	0,14 g	0,08 g
Vitamina B1	0,61 mg (55%*)	0,33 mg (30%*)
Vitamina B2	0,8 mg (55%*)	0,45 mg (30%*)
Niacina	8,8 mg (55%*)	4,9 mg (30%*)
Acido pantoténico	3,3 mg (55%*)	1,8 mg (30%*)
Vitamina B6	0,77 mg (55%*)	0,42 mg (30%*)
Biotina	27,7 mcg (55%*)	15,2 mcg (30%*)
Vitamina B12	1,38 mcg (55%*)	0,76 mcg (30%*)
Vitamina C	44 mg (55%*)	24,4 mg (30%*)
Vitamina E	6,9 mg (58%*)	3,8 mg (32%*)

\* porcentaje diario recomendado (Recommended Daily Allowance).

#### Alérgenos:

Todas las barritas Energy se elaboran en unas instalaciones que procesan trigo, maíz, gluten, leche (incluye lactosa), soja, cacahuete, frutos secos, cacao y semillas de sésamo. Contienen menos de 10 ppm de sulfitos.

Las barra de sabor *Banana chocolate* contiene gluten, leche, maíz y soja.



## Cómo Tomar

Puedes tomar estas barras 2 o 3 horas **antes del ejercicio** para tener reservas de carbohidratos. Una barra te proporciona 40g de carbohidratos.

**Durante el ejercicio**, se convierten en una fuente de energía ideal en actividades largas e intensas. Consumir la primera barra al cabo de 1 hora u hora y media y la segunda barra pasadas las 2 horas y media o 3 horas.

**A cualquier momento del día**, las barras Energy de Maxim son una alternativa saludable a las candy bars – llevan por lo general mucha menos grasa, tan solo 5g, y son deliciosas. Con las barras Maxim la digestión se consigue fácil; los ingredientes han sido previamente procesados con el fin de obtener una barra de buena digestión.