



Die gesunde Marke von

## S.O.S. – Energie für zwischendurch!

Kleine Snacks für zwischendurch halten uns einen ganzen Tag lang fit und konzentriert. So können knackige Walnüsse oder fruchtige Obstsnacks von SPAR Vital dafür sorgen, dass unsere Leistungskurve keinen Knick bekommt.

### Immer dabei: Omega-3-Knabbererei!

Walnusskerne sind ideale Energielieferanten. Sie enthalten wertvolle Omega-3-Fettsäuren und neben dem hohen Magnesium-Gehalt beeindrucken sie auch mit stoffwechselaktivierenden B-Vitaminen.



Brainfood - Power für das Gehirn!  
Passen in jede Büroschublade oder Tasche.

### Fruchtgenuss mit Erfrischungsplus!

Saftige Mandarinen, exotische Ananas, belebende Pfirsiche oder multiköstlicher Fruchtcocktail in Apfelsaft. Praktisch verpackt. Köstlich als schneller Snack oder als leichtes Dessert für zu Hause. Ohne Zuckerzusatz, weniger als 70 Kalorien pro Becher.



Die gesunde Marke von

## Sichtbare Ernährungsvorteile.

Gesunder Einkauf kann so schnell und einfach sein, ausgewogene Ernährung auch! Die SPAR Vital-Verpackung zeigt die wichtigsten Ernährungsvorteile auf einen Blick. Damit jeder weiß, was drinnen ist!

### Alles gesund!

Ob weniger Fett, weniger Zucker, mehr Vitamine – die nährwertbezogenen Ernährungsvorteile finden Sie auf der Vorderseite der SPAR Vital-Verpackung. Das erleichtert die Orientierung und hilft aktiv beim ernährungsbewussten Einkauf.

### Alles auf einen Blick!

Für viele von uns sind Kalorien pro Portion neben Fett, gesättigten Fettsäuren, Zucker oder Salz (Natrium) das wichtigste Kriterium für eine ausgewogene Ernährung. Deshalb zeigt der Ernährungskreis diese so wichtigen Werte auf einen Blick.

- fettarm
- Magnesium-Quelle
- Eisen-Quelle



Die gesunde Marke von





Die gesunde Marke von

## Frühstück ist fertig!

Wer sich morgens Zeit für ein vitalstoffreiches Frühstück nimmt, wird den ganzen Tag über belohnt: Mit guter Laune und viel Energie für die Herausforderungen des Lebens. Mit Produkten von SPAR Vital starten Sie rundum gut versorgt in den Tag.



**NEU!**

Da geht die Sonne auf!

Cornflakes von SPAR Vital sind ohne Zuckerzusatz, enthalten nur 1 % Fett und sind eine optimale Ballaststoff-Quelle. 1 Handvoll Flakes mit fettarmer Milch oder Joghurt mischen. Fertig. Der Tag kann kommen!

**Ballaststoffe**

Aus ballaststoffhaltiger Nahrung werden die Kohlenhydrate im Darm langsamer aufgenommen. Dadurch kommt es zu einem geringeren Blutzuckeranstieg nach dem Essen.

Multiköstlicher Vitamin-Kick.

SPAR Vital Vitamin Drink ist ein ballaststoffreicher Mehrfrucht-Vitamin-Kick. Ein leckerer Mix mit 60% Fruchtanteil aus Ananas, Apfel, Banane, Traube und Zitrusfrüchten. Für einen guten Start in den Tag.



Frühstücken wie in der Karibik!

Man kennt das Problem: Frische tropische Früchte sind zwar ein Hochgenuss, aber nicht immer verfügbar und leider nicht lange haltbar. Wer gerne exotische Früchte isst und sie immer parat haben will, greift zum SPAR Vital Obstsalat. Vollreif geerntet, in Passionsfruchtsaft getaucht, tiefgekühlt. Abends in den Kühlschrank legen, morgens frühstücken wie in der Karibik.



Die gesunde Marke von

## Topfit durch den ganzen Tag.

Je wärmer das Wetter, umso größer die Lust auf eine leichte Mahlzeit. Wir denken dabei an kulinarischen Wildlachs, knackigen Zartweizen oder echt steirischen Käferbohnenalat. Der Bonus ist ja auch unübersehbar: Schnell zubereitet, gesund und so köstlich!

Macht Lust auf Meer!

Wildlachs ist der kulinarische Gipfel des Fischgenuss. Schon 1 Filet deckt den Tagesbedarf an Omega-3-Fettsäuren und Vitamin B12.

**Genuss-Tipp:** Sein festes, saftiges rosa Fleisch kann auch gegrillt werden.



Steirische Express-Bohnen.

SPAR Vital Käferbohnen sind eine optimale Ballaststoff-Quelle, zucker- und fettarm. Zwiebel, Apfelessig und Kürbiskernöl dazu – schon haben wir den besten steirischen Bohnensalat!



**NEU!**

Bereits schonend vorgekocht und somit essfertig!

10-Minuten-Hauptmahlzeit.

Weizenkörner sind superleicht, voller Energie und so schnell gekocht wie Nudeln: Mit Tomaten, Zucchini, Zwiebel, Paprika und Schafskäse wird im Handumdrehen ein leckeres Pfannengericht gezaubert.



**NEU!**



Die gesunde Marke von

## So schmeckt der Sommer!

Genuss und gesunde Ernährung sollen kein Widerspruch sein. Mit den neuen Eissorten von SPAR Vital kommen bewusste Genießer voll auf ihre Kosten: Sie punkten nicht nur mit leckerem Geschmack, sondern auch mit wenig Kalorien.

Garantiert figurfreundlich!

Augen schließen und genießen: Samtigsanftes Slim Ice Cappuccino und lockeres Slim Ice Vanille mit Ananas. Und das mit weniger als 35 kcal pro Eis.



**NEU!**

Mit Löffel im Becher!

**NEU!**



Liebe auf den ersten Löffel?

Ja! Mit dem exotischen SPAR Vital Slim Ice Exotic garantiert. Die leichte Gaumenfreude ohne Zuckerzusatz aber mit viel Geschmack!

Soja? Oja!

Für all jene, die auf ihren Cholesterinspiegel achten und/oder aufgrund einer Milchzuckerunverträglichkeit laktosefreies Eis suchen, gibt es SPAR Vital Soja-Eis Vanille als leckere Alternative.



**NEU!**