PZN: 18671396	**Datum: 04.08.2026**
Produktname: **Folio® fertil men**	**SteriPharm Pharmazeutische Produkte GmbH & Co. KG** **Podbielskiallee 68** **14195 Berlin**

Status:

☒ Nahrungsergänzungsmittel ☒ Lebensmittel ☐ diätetisches Lebensmittel

Zutaten:

Füllstoff: Cellulose; L-Ascorbinsäure (Vitamin C); Füllstoff: Calciumphosphat; modifizierte Stärke; a-Tocopherol (Vitamin E); Stärke; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trägerstoff: Siliziumdioxid; Zinkoxid; Farbstoff: Calciumcarbonat; Beta-Carotin (Vitamin A); Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Stabilisator: Gummi arabicum; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B6); Zucker; Trennmittel: Talkum; Kupfersulfat; Überzugsmittel: Hydroxypropylcellulose, Stearinsäure, Polyethylenglycol; Riboflavin (Vitamin B2); Stabilisator: Alginsäure; Füllstoff: Maltodextrin; Mittelkettige Triglyceride; Lycopin; Farbstoff: Pflanzenkohle; Pteroylmonoglutaminsäure (Folsäure); Natriumselenat; Cholecalciferol (Vitamin D3; Cyanocobalamin (Vitamin B12).

Zusammensetzung:

Nährstoffe	**pro Tablette**	**% RM***
Vitamine		
Folsäure (B_9)	300 µg	150
Vitamin B_2	1,4 mg	100
Vitamin B_6	3 mg	214
Vitamin B_{12}	9 µg	360
Vitamin D_3	20 µg**	400
Vitamin C	100 mg	125
Vitamin A	167 µg RE***	21
Vitamin E	38 mg α-TE	318
Mineralstoffe		
Zink	10 mg	100
Selen	90 µg	164
Kupfer	1 mg	100
Sekundärer Pflanzenstoff		
Lycopin	0,5 mg	---

* Referenzmenge nach LMIV
** entspricht 800 I.E. (Internationale Einheiten)
*** entspricht 1000 µg Beta-Carotin

Aufbewahrungsbedingung und ggf. Verwendungsbedingung nach dem Öffnen:

Tabletten trocken, nicht über 25°C und unzugänglich für kleine Kinder lagern.

Nettofüllmenge/Stückzahl/Abtropfgewicht:

30 Tabletten; 23,0 g

Gebrauchsanleitung, Zubereitungshinweis, sonstige Hinweise:

Verzehrempfehlung: Eine Tablette täglich einnehmen. Beginnen Sie drei Monate vor dem gewünschten Schwangerschaftseintritt Ihrer Partnerin.

Auf die Einnahme weiterer zinkhaltiger Nahrungsergänzungsmittel sollte verzichtet werden.

Die Tabletten sind vegetarisch, glutenfrei sowie frei von Laktose, Fruktose, Aromastoffen sowie künstlichen Farbstoffen. Die Magnesiumsalze sind pflanzlichen Ursprungs.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie für eine gesunde Lebensweise verwendet werden.

Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.