

ENERGY BAR



MILLE POOLEST ON ENERGY BAR ERILINE?

Meie väga maitsev energiabatoon sobib suurepäraselt tervislikuks söögiks nii enne kui ka pärast trenni või vahelalaks liikvel olles. Sisaldab rohkelt mandleid, datleid ja peotäit superseemneid nagu chia-, kinoa-, kõrvitsa- ja seesamiseemned - ning maksimaalse efekti tagamiseks ka inuliinist saadud kiudaineid.

Koostisosad on valitud terviseteadlike inimeste poolt kõige loodussõbralikematest taludest, mida leidsime. Tegu on loodusliku taimetoiduga, mis ei sisalda geneetiliselt muundatud aineid ja sisaldab ainult looduslikke suhkruid.

Sisaldab: 4 x 40g

PEAMISED KASULIKUD TOIMED

- ▶ **SUUR ENERGIASISALDUS** - kiire ja kauakestev kütus.
- ▶ **SUUR KIUDAINETE SISALDUS¹** - 10g kasulikke kiudaineid, mis teevad head teie kehale.
- ▶ **EI OLE LISATUD SUHKRUT** - saate energiat ilma suhkrunäljata.
- ▶ **TAIMNE** - sobib nautimiseks kõigile.
- ▶ **EI SISALDA GENEETILISELT MUUNDATUD ORGANISME EGA PESTITSIIDE** - võite olla kindel, et kasutasime parimaid koostisaineid.
- ▶ **WADA SÕBRALIK** - sportlased saavad ohutult nautida batooni, mis ei sisalda keelatud koostisosi.

AKTIIVSED KOOSTISOSAD

26 % MANDLEID



Mandlid on kõrge toiteväärtusega pähklid ning sisaldavad rohkelt E-vitamiini, mangaani ja magneesiumi. Mandlid on vase, fosfori, niatsiini, kiudainete ja antioksüdantide allikad. Võrreldes teiste pähklitega sisaldavad mandlid rohkem toitaineid ja kasulikke komponente, tervislikke mono- ja polüküllastumata rasvasid ning antioksüdante. Mandlid sisaldavad looduslikult esinevaid suhkruid.

20 % DATLEID



Datlid on head raua, kiudainete, A-vitamiini ja kaaliumi allikad. Need sisaldavad olulisi mineraale nagu kaltsium, fosfor, naatrium, magneesium ja tsink, tänu millele kuuluvad datlid maailma kõige tervislikumate toiduainete hulka. Datlid sisaldavad suurel hulgal lahustuvaid kiudaineid, mis on olulised tervisliku seedimise ja toidu sujuva kulgemise tagamiseks läbi seedetrakti. Datlid sisaldavad looduslikke suhkruid nagu glükoos, fruktoos ja sahharoos. Seetõttu sobivad need suurepäraselt vahepalaks, tekitades kohese energia juurdevoolu.

8 % KÕRVITSASEEMNEID



Kõrvitsaseemned sisaldavad erinevaid antioksüdantseid fütotoitaineid, sealhulgas mõningaid fenoolhappeid ja polüfenoole nagu lignaanid. Kõrvitsaseemned sisaldavad ka tervist toetavaid fütosteroole. Kõrvitsaseemned on väga hea tsingi, raua, fosfori, magneesiumi, mangaani ja vase allikad ning Maailma Tervishoiuorganisatsioon soovib nende toitainete saamiseks tarvitada just kõrvitsaseemneid. Lisaks on need suurepärased ballastainete, valgu ning asendamatute rasvhapete oomega-3 ja oomega-6 allikad.

6% SEESAMISEEMNEID



Seesamiseemned on tervisele kasulikud nende toiteväärtuse tõttu, sisaldades vitamiine, mineraale, looduslikke õlisid ja orgaanilisi ühendeid, mis koosnevad kaltsiumist, rauast, magneesiumist, fosforist, mangaanist, vasest, tsingist, kiudainetest, tiamiinist, B6-vitamiinist, foolhapest, valkudest ja trüptofaanist. Kuivatatud purustamata seesamiseemned sisaldavad 23% süsivesikuid, sealhulgas 12% ballastaineid, 50% rasva ja 18% valku.

6% KINOAD



Kinoa on kõrge valgusisaldusega ning üks väheseid taimseid toite, mis sisaldab kõiki üheksat asendamatut aminohapet ja seetõttu on see suurepärase valguallikas. See sisaldab rohkem ja paremaid valke kui enamik teravilju. Kinoas on ka suur kiudainete, magneesiumi, B-vitamiinide, raua, kaaliumi, kaltsiumi, fosfori, E-vitamiini ja taimsete antioksüdantide flavonoidide sisaldus.

5% CHIA SEEMNEID



Chia seemned on toitainerikkad, omavad energiat suurendavat toimet ja on saanud üheks kõige populaarsemaks supertoiduaineks tervisliku toitumise kogukonnas. Chia seemned on tervisele kasulikud, sest sisaldavad rohkelt kiudaineid, oomega-3 rasvu, valku, A-, B-, E- ja D-vitamiine ning mineraale, sealhulgas väävlit, rauda, joodi, magneesiumi, mangaani, niatsiini ja tiamiini; samuti sisaldavad need rohkelt antioksüdante.

5 % INULIINI



Inuliin on lahustuv ballastaine, mida leidub paljudes taimedes, kuid kõige sagedamini ekstraheeritakse seda sigurist. Looduslikult esinev polüsahhariid/fruktaan pole aga töödeldud ja seetõttu mõjutab inuliinisiirup minimaalselt veresuhkru tõusu. See suurendab kaltsiumi imendumist ja võimalik, et ka magneesiumi imendumist, soodustades kasulike bakterite levimist soolestikus.

MITTE-AKTIIVSED KOOSTISOSAD

14 % IMO

Isomalto-oligosahhariid (IMO) on mõõdukalt magus süsivesik, mis pärineb köögiviljadest ja esineb looduslikult kääritatud toiduainetes. Sellel on teatud kasulikud omadused, mis sarnanevad oligofruktoosi ja inuliiniga ning neile sarnaselt koosneb see süsivesikuhelatest (glükoosist), mis on valdavalt resistentne seedimisele ning tänu sellele madala kalorsusega ja madala glükeemilise indeksiga (34)*. See soodustab tõendatult kasulike bakterite kasvu käärsooles ja isegi parandab tõhusalt soolestiku tööd, jääkainete väljutamist ja mikroobset fermentatsiooni soolestikus, omamata mis tahes kahjulikku mõju**.

* *Toidu GI klassifikatsioon: Madal: 55 või vähem. Keskmine: 56 – 69 Kõrge: 70+*

** *Suuremad kogused (üle 8 batooni päevas) võivad põhjustada puhitust, gaase ja kõhulahtisust.*

7 % TAIMSET GLÜTSEROOLI

Valmistatud rapsiseemnetest, mis toimivad niiskusesäilitajana ning säilitavad batooni koostisainete niiskust ja tekstuuri.

4 % OLIVIÕLI

Neitsioliiviõli Hispaania istandustest, kus väetised ja pestitsiidid on parima kvaliteedi tagamiseks keelatud.

MUU INFO

ROHKELT KIUDAINEID ¹

Zinzino energiabatoonis on pea 7g kiudaineid, mis moodustab üle 42% täiskasvanu soovituslikust päevasest kiudainete tarbimise kogusest. Kiudained mõjuvad hästi soolte tegevusele, aitavad hoida tervislikku kolesteroolitaset ja tekitavad kiiremini täiskõhutunde.

EI OLE LISATUD SUHKRUT

Energiabatoonile ei ole lisatud suhkrut. Siiski sisaldavad kõik puuviljad ja pähklid looduslikku suhkrut. Kuna suhkur on pakitud kiudainesse, on sellel positiivne mõju meie keha ainevahetusele. Kiudaine aitab aeglustada suhkru imendumist, mis takistab suhkru otsest juurdepääsu maksale. Seega sisaldab Zinzino energiabatoon suurepäraseid koostisaineid, mis tekitavad kohese energia juurdevoolu.

TAIMNE

Zinzino energiabatooni kõik koostisosad on pärit sertifitseeritud taimsetest allikatest ja seetõttu võivad seda nautida nii taimetoitlased kui ka kõik teised, kes ihkavad energiat ja hea maitsega energiabatooni.

GENEETILISELT MUUNDATUD ORGANISMID: Zinzino energiabatoon ei sisalda GMO-sojast ja/või -maisist saadud koostisosi ega GMO-toidulisandeid või maitseisandeid.

TOITUMISALANE VÄIDE (EFSA)

1. Väite, et toit sisaldab rohkest kiudaineid (või muu väite, millel tõenäoliselt on tarbija jaoks sama tähendus) võib esitada vaid siis, kui see sisaldab vähemalt 6 g kiudaineid 100 g või vähemalt 3 g kiudaineid 100 kcal kohta.

WADA: Zinzino energiabatoon ja selle osad ei sisalda ega ole kokku puutunud IOC ja/või WADA poolt keelatud ainete või toodetega.

RASKEMETALLID: Zinzino energiabatoon on sertifitseeritud kui raskemetalle mittesisaldav toode ja vastab EL direktiivile 1881/2006/EÜ.

PESTITSIIDID: Zinzino energiabatoon on sertifitseeritud kui pestitsiidi jääke mittesisaldav toode ja vastab EL direktiivile 396/2005/EÜ.

NANOTEHNOLOOGIA: Zinzino energiabatoon on sertifitseeritud kui nano-osakesi mittesisaldav toode.

GLUTEENIVABA: Zinzino energiabatoon ei sisalda gluteeni sisaldavat teravilja (nisu, rukis, oder, kaer, speltanisu, kamut) ega sellest valmistatud tooteid.

TOITEVÄÄRTUS

(vastavalt EL direktiivile 2008/100/EÜ ja 2011/1169/EÜ):

Toiteväärtus	100 g kohta	40 g kohta
Energia	1699 kJ / 410 kcal	679 kJ / 164 kcal
Rasvad	23,5 g	9,4 g
neist küllastunud rasvad	2,6 g	1,0 g
Süsivesikud	28,1 g	11,3 g
neist suhkrud	15,8 g	6,3 g
Kiudained	26,0 g	10,4 g
Valgud	11,1 g	4,4 g
Soolad	0,05 g	0,02 g

MÜÜGIÜHIK: Zinzino energiabatooni müüakse karbis, mis sisaldab 4 batooni 40 grammi / tükk. Iga batoon on pakitud eraldi pakkekesse.

NB: iga batooni pakkekelele on trükitud info, kuid see on ainult ingliskeelne. Karbi välisküljelt leiate kogu info oma keeles, muuhulgas ka koostisainete loendi.

VÕIB SISALDADA: pähkleid ja neist valmistatud tooteid. Sisaldab looduslikke suhkruid.

SÄILITAMINE: Hoida kuivas kohas temperatuuril 15–22°C juures ja kaitstuna otsese päikesevalguse eest.

KOOSTISAINETE LOEND: mandlid 25,5 %, datlid 20 %, isomalto-oligosahhariid* 14 %, kõrvitsaseemned 8,2 %, seesamiseemned 6,1 %, kinoa helbed 6,1 %, niiskusesäilitaja (glütserool) 7 %, inuliin 5 %, chia seemned (salvia hispanica) 5 %, oliiviõli 4 %.

* *isomalto-oligosahhariid on glükoosi allikas, kuid sellel on madal glükeemiline indeks: vaid 34.*