ENERGY BAR

INFORMED SPORT

HELSTU ATRIÐI VARÐANDI ENERGY BAR

Bragðgóða orkustöngin okkar er fullkomin hollustumáltíð fyrir eða eftir æfingu, eða sem máltíð á ferðinni. Hlaðin af möndlum, döðlum og handfylli af ofurfræjum á borð við chia, quinoa, graskers og sesamfræ – að viðbættum trefjum úr inúlíni til að ná fram hámarksáhrifum.

Innihaldsefnin eru valin af heilsumeðvituðu fólki frá umhverfisvænustu ræktunum sem við gátum fundið. Orkustöngin er náttúrulega vegan, án erfðabreyttra efna og inniheldur eingöngu náttúrulegar sykrur.

Innihald: 4 x 40g

HELSTU KOSTIR

- **ORKURÍK – hraðvirkur og endingargóður orkugjafi**
- **TREFJARÍK[1] – 10 g heilsusamlegra trefja sem gera líkamanum gagn**
- **ENGINN VIÐBÆTTUR SYKUR – fáðu orku án sy kurþarfar**
- **VEGAN – allir geta notið**
- **ÁN ERFÐABREYTTRA INNIHALDSEFNA & SKORDÝRAEITURS – það má treysta því að við notum bestu fáanlegu innihaldsefnin**
- **WADA-VÆN – íþróttafólk getur neytt orkustanganna í trausti þess að þær innihaldi engin bönnuð efni**

VIRK INNIHALDSEFNI

26% MÖNDLUR Möndlur eru mjög næringarríkar og auðugar af E-vítamíni, mangan og magnesíum. Möndlur innihalda kopar, fosfór, níasín, trefjar og andoxunarefni. Þær eru næringarríkari en nokkur önnur hnetutegund og færa líkamanum heilsusamlegar ein- og fjölómettaðar fitutegundir og andoxunarefni. Möndlur innihalda náttúrulegar sykrur.

20% DÖÐLUR Döðlur innihalda mikið af járni, trefjum, A-vítamíni og kalín. Í þeim er að finna nauðsynleg steinefni s.s. kalsíum, fosfór, natrín og sink, þær eru því meðal hollustu matvæla í heimi.
Í döðlum er mikið af leysanlegum trefjum sem gegna lykilhlutverki í að styðja við heilbrigðar hægðir og þægilega tilfærslu næringar um meltingarveginn. Í döðlum eru náttúrulegar sykrur s.s. glúkósi, ávaxtasykur og súkrósi. Þær eru því rétti skyndibitinn til að ná sér í orkuskot í flýti.

8% GRASKERSFRÆ Graskersfræ innihalda fjölbreytt úrval andoxandi jurtanæringarefna, þar með taldar ýmsar fenólsýrur og pólýfenóla eins og lignans. Í graskersfræjum eru líka heilsueflandi plöntusteról. Graskersfræ eru mjög góð uppspretta af sinki, járni, fosfór, magnesíum, mangan og kopar og Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin mælir með neyslu þeirra. Graskersfræ innihalda auk þess mikið af trefjum, próteinum og mikilvægu fitusýrunum, omega-3 og omega-6.

6% SESAMFRÆ Sesamfræ eru heilnæm sökum innihalds næringarefna, eins og vítamína, steinefna, náttúrulegra olía og lífrænna efnasambanda með kalsíum, járni, magnesíum, fosfór, mangan, kopar, sink, trefjum, þíamíni, B6-vítamíni, fólati, próteinum og tryptófan amínósýrum. Þurrkuð heil sesamfræ innihalda 23% kolvetni, þar með talin 12% trefjaefni, 50% fita og 18% prótein.

6% QUINOA Quinoa er auðugt af próteinum og er ein fárra fæðutegunda úr jurtaríkinu sem innihalda allar níu nauðsynlegu amínósýrurnar, það er því afbragðsgóð uppspretta próteina. Það inniheldur bæði meiri og betri prótein en flestar aðrar frætegundir. Fræin eru líka trefjarík og auðug af magnesíum, B-vítamínum, járni, kalín, kalsíum, fosfór, E-vítamíni og flavónóíðum sem eru andoxunarefni úr plöntum.

5% CHIA-FRÆ Chia-fræ eru næringarrík, færa líkamanum mikla orku og eru orðin ein alvinsælasta ofurfæða þeirra sem láta sig heilbrigði mikið varða. Chia-fræin eru svo holl sem raun ber vitni því þau innihalda trefjar, omega-3 fitu, prótein, A-, B-, C- og D-vítamín og steinefni s.s. brennistein, járn, joð, magnesíum, mangan, níasín og þíamín í miklu magni, auk þess að vera góð uppspretta andoxunarefna.

5% INÚLÍN Inúlín er leysanlegt trefjaefni sem fæst úr mörgum plöntum en er oftast sótt í kaffifífil. Náttúruleg fjölávaxtasykran er óunnin og því hefur inúlínið lágmarksáhrif til hækkunar blóðsykurs. Efnið eykur upptöku kalsíum og mögulega líka magnesíum um leið og það stuðlar að vexti gagnlegra gerla í ristli.

ÓVIRK INNIHALDSEFNI

14% IMO
Ísómaltó-oligosaccharide (IMO) er meðalsætt kolvetni úr jurtaríkinu, sem er náttúrulega til staðar í gerjuðum matvælum. IMO-fásykran býr yfir ákveðnum gagnlegum eiginleikum sambærilegum við fásykru og inúlín og er líkt og þessi efni gerð úr kolvetnakeðjum (glúkósa) sem eru að mestu meltingarþolnar og þar af leiðandi hitaeiningasnauðar og með lágum sykurstuðli (34)*.

Sýnt hefur verið fram á að IMO-fásykran stuðlar að vexti gagnlegra gerla í ristli og bætir einnig hægðalosun, hægðir og örgerlagróður í ristli án neikvæðra áhrifa**.

** Einstaklingsbundin fæðuflokkun fyrir GI: Lág: 55 eða minna. Miðlungs: 56 - 69 Hátt: 70+*
*** Stórir skammtar (meira en 8 stangir á dag), geta valdið vindgangi, uppþembu og linum hægðum.*

7% VEGAN GLÝSERÓL
Búið til úr repjufræjum, sem gefa og viðhalda raka og áferð innihaldsefna stangarinnar.

4% ÓLÍFUOLÍA
Jómfrúarólífuolía frá spænskum plantekrum þar sem tilbúinn áburður og skordýraeitur er bannað til að tryggja sem mest gæði.

STAÐREYNDIR UM FÆÐUBÓTAREFNIÐ

Næringargildi í hverri	100 g	40 g
Orka	1718 kJ / 414 kcal	687 kJ / 166 kcal
Fita	22.8 g	9.1 g
þar af mettuð fita	2.6 g	1.1 g
Kolvetni	33.0 g	13.2 g
Sykrur	19.8 g	7.9 g
Trefjar	22.8 g	9.1 g
Prótein	10.4 g	4.2 g
Salt	0.04 g	0.02 g

INNIHALDSEFNI: Möndlur 26,2%*, döðlur, ísómaltó-fásykra**, **sesamfræ** 6,3%*, kínóa-hnoðrar*, rakagefandi (glýseról), graskersfræ 5,6%*, inúlín, chia-fræ *(Salvia hispanica)* 4,2%*, ólífuolía. **Uppruni innan og utan ESB. **Glúkósagjafi.*

TREFJARÍKT[1]: Zinzino orkustöngin inniheldur 10,4 grömm af fæðutrefjum sem eru minnst 42% af ráðlögðum dagskammti fyrir fullorðna. Fæðutrefjar hafa jákvæð áhrif á meltingarfærin, kólesteról og veita seddutilfinningu.

ENGINN VIÐBÆTTUR SYKUR: Það er enginn viðbættur sykur í orkustönginni. Allir ávextir og hnetur innihalda náttúrulega eitthvað af sykri. Þar sem að sykrurnar er umluktar trefjum hefur þetta jákvæð áhrif á efnaskipti líkamans. Trefjarnar hægja á frásogi sykurs og hindra að hann komist beint í lifrina. Þar af leiðandi, inniheldur Zinzino orkustöngin hin fullkomnu innihaldsefni fyrir hraðvirkt orkuskot.

VEGAN: Öll innihaldsefnin í Zinzino orkustönginni eru vegan-vottuð svo veganar, grænkerar og allir þeir sem vilja ná sér í orku og bragðgóða orkustöng geta notið hennar.

GMO: Í Zinzino orkustönginni er ekkert erfðabreytt innihaldsefni úr soja og/eða maís og heldur engin erfðabreytt bæti- eða bragðefni.

WADA: Zinzino Energy Bar inniheldur hvorki í heild sinni né að hluta til, né hefur komist í snertingu við nein þau efni sem eru bönnuð af IOC og/eða WADA.

ÞUNGMÁLMAR: Zinzino orkustangirnar eru vottaðar um að innihalda enga þungmálma og uppfylla kröfur löggjafar ESB 1881/2006/EC.

SKORDÝRAEITUR: Zinzino orkustangirnar eru vottaðar um að þær innihalda engar leifar skordýraeiturs eða varnarefna og uppfylla kröfur ESB-reglugerðar 396/2005/EC.

NANO-TÆKNI: Zinzino orkustangirnar eru vottaðar um að innihalda engar nanóeindir.

GLÚTENLAUST: Zinzino orkustangirnar innihalda ekkert kornmeti með glúten (hveiti, rúg, bygg, hafra, spelt, taumhveiti) eða neinar slíkar vörur.

SÖLUEINING: Zinzino Energy Bar er seld í öskjum sem hver inniheldur fjórar 40 gramma stangir. Hverri stöng er pakkað í sérumbúðir.

VINSAMLEGA ATHUGIÐ: Á umbúðum hverrar orkustangar eru prentaðar upplýsingar, en eingöngu á ensku. Allar mikilvægar upplýsingar s.s. innihaldslýsingu o.fl. er að finna á þínu tungumáli utan á kassanum.

Getur innihaldið **egg**, **mjólk**, **soja**, **korn sem inniheldur glúten**, **jarðhnetur** og afurðir þeirra.

GEYMSLA: Geymist á þurrum stað við 15–22 °C og hlífið við sólarljósi.

NÆRINGARFULLYRÐING (EU)

[1] Fullyrðingar um að matvæli séu trefjarík, og fullyrðingar sem hafa að öllum líkindum svipaða merkingu fyrir neytendur, má aðeins nota í þeim tilfellum þar sem varan inniheldur minnst 6 g af trefjum fyrir hver 100 g eða minnst 3 g af trefjum fyrir hverjar 100 kkal.

Norwegian Formulation