

# ENERGY BAR

---



## NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE O ENERGY BAR

Nasz pyszny baton energetyczny nadaje się idealnie na zdrowy posiłek przed lub po treningu lub jako posiłek w drodze. Jest on pełen migdałów, daktyli zawiera także superprodukty takie jak chia, komosa ryżowa, dynia, sezam – a do tego włókna inuliny dla maksymalnego efektu.

Składniki zostały wybrane przez koncentrujących się na zdrowiu ludzi z najbardziej przyjaznych ekoupraw, jakie byliśmy w stanie znaleźć. Są one naturalnie wegańskie, wolne od GMO i zawierają wyłącznie naturalne cukry.

**Zawartość:** 4 x 40g

## NAJWAŻNIEJSZE KORZYŚCI

---

- ▶ **WYSOKA DAWKA ENERGII** – szybko i na długo.
- ▶ **WYSOKA ZAWARTOŚĆ BŁONNIKA<sup>1</sup>** – 10 g włókien pokarmowych dobrze wpływających na twoje ciało.
- ▶ **BEZ DODATKU CUKRU** - uzyskuj energię bez łaknienia cukru.
- ▶ **WEGAŃSKI** – wszyscy mogą się nim cieszyć.
- ▶ **WOLNE OD GMO I PESTYCYDÓW** – gwarantujemy użycie najlepszych składników.
- ▶ **ZGODNE Z ZALECENIAMI WADA** – sportowcy mogą cieszyć się batonikami wolnymi od niedozwolonych składników.

## AKTYWNE SKŁADNIKI

### 26% MIGDAŁÓW



Migdały charakteryzują się wysoką wartością odżywczą i dużą zawartością witaminy E, manganu oraz magnezu. Migdały są źródłem miedzi, fosforu, witaminy B3, włókien pokarmowych i przeciwutleniaczy.

W porównaniu do innych orzechów są bogatsze w składniki odżywcze i dobroczynne składniki zdrowotne takie jak jedno- i wielonienasycone kwasy tłuszczowe i przeciwutleniacze. Migdały zawierają naturalnie występujące cukry.

### 20% DAKTYLI



Daktyle są dobrym źródłem żelaza, błonnika, witaminy A i potasu. Zawierają też niezbędne minerały takie jak wapń, fosfor, sód, magnez i cynk, co czyni je jednym z najzdrowszych pokarmów w świecie. Daktyle zawierają duże ilości rozpuszczalnego błonnika, który jest niezbędny dla zdrowego wyróżniania i łatwego przechodzenia pokarmu przez przewód pokarmowy. Daktyle zawierają naturalnie występujące cukry takie jak glukoza, fruktoza i sacharoza. W związku z tym są one znakomitą przekąską zapewniającą natychmiastowy przyływ energii.

### 8% NASIONA DYNI



Nasiona dyni zawierają szeroki zakres przeciwutleniających składników odżywczych, w tym niektórych kwasów fenolowych i polifenoli takich jak lignany. Nasiona dyni zawierają również wspomagające zdrowie fitosterole. Pestki dyni są bardzo dobrym źródłem cynku, żelaza, fosforu, magnezu, manganu i miedzi, a Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) rekomenduje ich spożywanie jako dobry sposób pozyskania tych substancji. Ponadto pestki dyni są doskonałym źródłem błonnika, białka i kwasów tłuszczowych omega-3 i omega-6.

### 6% NASIONA SEZAMU



Nasiona sezamu są korzystne dla zdrowia ze względu na ich zawartość odżywczą, w tym witaminy, minerały, naturalne oleje i związki organiczne złożone z wapnia, żelaza, magnezu, fosforu, manganu, miedzi, cynku, błonnika, tiaminy, witaminy B6, kwasu foliowego, białka i tryptofanu. Wyszuszone w całości ziarna sezamu składają się w 23% z węglowodanów, w tym 12% błonnika, 50% tłuszczu i 18% białka.

### 6% KOMOSA RYŻOWA



Komosa ryżowa charakteryzuje się wysoką zawartością białka i jest jednym z kilku pokarmów roślinnych zawierających wszystkie dziewięć najważniejszych aminokwasów, co czyni ją doskonałym źródłem białka. Ma ona więcej białka, które jest lepszej jakości, niż większość rodzajów ziaren. Zawiera także dużą ilość błonnika, magnezu, witamin z grupy B, żelaza, potasu, wapnia, fosforu, witaminy E i flawonoidów, które są roślinnymi przeciwutleniaczami.

### 5% NASIONA CHIA



Nasiona Chia są odżywcze i zawierają uderzeniową dawkę energii, przez co stały się jednym z najbardziej popularnych superproduktów żywnościowych wśród zwolenników zdrowego trybu życia. Nasiona chia są tak korzystne, ponieważ zawierają dużo błonnika, kwasów tłuszczowych omega-3, białka, witamin A, B, E i D oraz minerałów, w tym siarki, żelaza, jodu, magnezu, manganu, niacynu oraz tiaminy; są one ponadto bogatym źródłem przeciwutleniaczy.

### 5% INULINA



Inulina to rozpuszczalne włókno pokarmowe występujące w wielu roślinach, ale najczęściej uzyskiwane z cykorii. Ten naturalnie występujący polisacharyd/fruktan nie jest jednak trawiony i w związku z tym inulina ma niewielki wpływ na wzrost cukru we krwi. Zwiększa ona wchłanianie wapnia i być może wchłanianie magnezu przy jednoczesnym wspieraniu rozwoju korzystnych bakterii w jelicie grubym.

## NIEAKTYWNE SKŁADNIKI

### 14% IMO

Izomaltooligosacharydy (IMO) to umiarkowanie słodkie węglowodany pochodzenia roślinnego, występujące naturalnie w jedzeniu poddane fermentacji. Posiadają one korzystne właściwości podobne do oligofruktozy oraz inuliny – podobnie jak te substancje składają się one z łańcuchów węglowodorowych (glukozy) w przeważającej mierze odpornych na trawienie, a w związku z tym zawierających niewiele kalorii i o niskim indeksie glikemicznym (34)\*. Wykazano, że wspierają one rozwój dobroczynnych bakterii w jelicie grubym, a nawet skutecznie poprawiają perystaltykę jelit, wypróżnianie i mikrobiologiczną fermentację w jelicie grubym, nie generując przy tym niekorzystnych skutków ubocznych\*\*.

\* *Indywidualne klasyfikacje żywności w ramach indeksu glikemicznego: Niski: 55 lub mniej. Średni: 56–69 Wysoki: ponad 70*

\*\* *Wyższe dawki (powyżej 8 batonów na dobę) mogą powodować objawy takie jak gazy, wzdęcia, miękki stolec.*

### 7% WEGAŃSKI GLICEROL

Pochodzący z rzepaku, działa jak humektant i utrzymuje wilgoć oraz teksturę składników batona.

### 4% OLIWA Z OLIWEK

Oliwa z hiszpańskiej plantacji, gdzie nawozy i pestycydy są zakazane, aby zapewnić najlepszą jakość.

## POZOSTAŁE INFORMACJE

### WYSOKA ZAWARTOŚĆ BŁONNIKA <sup>1</sup>

Baton energetyczny Zinzino zawiera 10,4 g błonnika pokarmowego, co odpowiada około 42% zalecanej dziennej dawki dla dorosłych. Błonnik pokarmowy dobrze wpływa na jelita, cholesterol i uczucie sytości.

### BEZ DODATKU CUKRU

Do batona energetycznego nie jest dodawany cukier. Jednak wszystkie owoce i orzechy mają naturalną zawartość cukru. Ponieważ cukier jest zawarty w błonniku, ma pozytywny wpływ na metabolizm w naszych ciałach. Błonnik pomaga spowolnić wchłanianie cukru, co zapobiega bezpośredniemu dostępowi cukru do wątroby. W związku z tym Baton Energetyczny Zinzino zawiera idealne składniki pozwalające uzyskać natychmiastowy zastrzyk energii.

### WEGAŃSKIE

Wszystkie składniki Batonu Energetycznego Zinzino pochodzą z certyfikowanych wegańskich źródeł i w związku z tym mogą się nimi cieszyć wszyscy weganie, wegetarianie i każdy, kto pragnie dawki energii i pysznego batona.

**GMO:** Baton Energetyczny Zinzino nie zawiera soi ani kukurydzy pochodzących z upraw modyfikowanych genetycznie, ani też modyfikowanych genetycznie dodatków.

### OŚWIADCZENIE ŻYWIENIOWE (EFSA)

1. Przez żywność bogatą w błonnik, a także każde sformułowanie, które może zostać uznane za mające takie samo znaczenie, rozumiana jest żywność, która zawiera co najmniej 6 g błonnika na 100 g lub co najmniej 3 g błonnika na 100 kcal.

**WADA:** Baton Energetyczny Zinzino w całości ani w części nie zawiera i nie stykał się z jakim(i)kolwiek produktem/-ami zakazanym(i) przez IOC lub WADA.

**METALE CIĘŻKIE:** Baton Energetyczny Zinzino posiada certyfikat zaświadczenia, że nie zawiera on metali ciężkich i jest zgodny z regulacjami UE nr 1881/2006/WE.

**PESTYCYDY:** Baton Energetyczny Zinzino posiada certyfikat zaświadczenia, że nie zawiera on żadnych śladów ani resztek pestycydów i jest zgodny z regulacjami UE nr 396/2005/WE.

**NANOTECHNOLOGIA:** Baton Energetyczny Zinzino posiada certyfikat zaświadczenia, że nie zawiera on nanocząstek.

**BEZGLUTENOWY:** Baton Energetyczny Zinzino nie zawiera ziaren zawierających gluten (pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkisz, pszenicy kamut) ani produktów pochodnych.

### WARTOŚCI ODŻYWCZE

(zgodnie z dyrektywą UE 2008/100/WE i 2011/1169/WE):

Wartości odżywcze	na 100 g	na 40 g
Energia	1699 kJ/ 410 kcal	679 kJ/ 164 kcal
Tłuszcze	23,5 g	9,4 g
w tym tłuszczów nasyconych	2,6 g	1,0 g
Węglowodany	28,1 g	11,3 g
w tym cukrów	15,8 g	6,3 g
Błonnik	26,0 g	10,4 g
Białka	11,1 g	4,4 g
Sól	0,05 g	0,02 g

**JEDNOSTKA SPRZEDAŻY:** Batony Energetyczne Zinzino są sprzedawane w opakowaniach zawierających 4 sztuki po 40 gramów. Każdy baton jest zapakowany osobno w folię.

**UWAGA:** na folii wokół każdego batona nadrukowane są informacje, ale tylko w języku angielskim. Na zewnątrz opakowania znajdują się wszystkie informacje, takie jak lista składników itp., w języku lokalnym.

**MOŻE ZAWIERAĆ:** orzeszki ziemne i produkty pochodne. Zawiera naturalne cukry.

**PRZECHOWYWANIE:** Przechowywać w suchym miejscu w temperaturze 15-22°C i z dala od bezpośredniego światła słonecznego.

**WYKAZ SKŁADNIKÓW:** migdały 25,5%, daktyle 20%, izomaltooligosacharydy\* 14%, nasiona dyni 8,2%, nasiona sezamu 6,1%, płatki komosy ryżowej 6,1%, humektant (glicerol) 7%, inulina 5%, nasiona chia (salvia hispanica) 5%, oliwa z oliwek 4%.

\* *izomaltooligosacharydy są źródłem glukozy, ale mają niski indeks glikemiczny, wynoszący zaledwie 34.*