

LEANSHAKE



HØJDEPUNKTER VED LEANSHAKE

Zinzino LeanShake er en lækker og nærende måltidserstatning til vægtregulering¹. Brug det til at tabe fedt og opbygge muskler³, og samtidig afbalancering dit mikrobiom for sundhed i mave/tarm.

Leanshake har et højt indhold af protein⁴ og kostfibre⁵, og indeholder vitaminer, mineraler og en række andre næringsstoffer. Det er fri for gluten og soja og indeholder kun naturlige smagsstoffer.

Vælg mellem to lækre smagsvarianter - **vanille** og **bær**.

Indhold: 16 x 30 g (Portion Packs)

VIGTIGE FORDELE

- ▶ **Vægttab**¹
- ▶ **Opbygning af muskler**³
- ▶ **Skabe balance i maven**
- ▶ **Vegetar**
- ▶ **Højt indhold af protein**⁴ med ærteprotein isolat og havreprotein
- ▶ **Højt fiberindhold**⁵ med ZinoBiotic fiber blandingen
- ▶ **Søde- og smagsstoffer fra naturlige kilder**
- ▶ **Fri for gluten**
- ▶ **Kilde til 25 vitaminer og mineraler**

VANILLE OG BÆR

KVALITET + SYNERGI = RESULTATER

LeanShake er sammensat af de bedst tilgængelige proteiner, fibre, fedtsyrer, vitaminer og mineraler for at give optimale effekter under vægttab og sport.

TABE SIG

LeanShake er et produkt til måltidsudskiftning specielt designet til at erstatte et eller flere måltider pr. dag for at tabe sig¹ eller vedligeholde² vægten. Det er et nærende måltid sammensat af de bedste tilgængelige ingredienser; højkalitetsproteiner, fem kostfibre, forskellige fedtsyrer og 25 forskellige vitaminer og mineraler. Det giver dig al den ernæring din krop har behov for, og indeholder færre kalorier end dit normale måltid.

OPBYGGE MUSKLER

Proteiner bidrage til vækst i muskelmasse under træning³. LeanShake er sammensat af de bedst tilgængelige proteiner på markedet. Flere af mineralerne⁶, samt nogle af vitaminerne, har sundhedsmæssig indflydelse i forbindelse med en normal muskelfunktion⁷. LeanShake kan også spises som et ekstra måltid, før eller efter fysisk træning.

BALANCE I DIN MAVETARM

Kostfibre i LeanShake er de samme som i ZinoBiotic og stimulere væksten af de gode bakterier i alle dele af tyktarmen. De gode bakterier har brug for kostfibre som fødevarer til at holde sig sunde, og til at vokse fra mindre ønskede bakterier. De gode bakterier bidrage i mange vigtige kropsfunktioner såsom gæring af ufordøjede fødevarer, produktion af vitaminer og til at uddanne vores immunsystem. En sund tarm er afgørende for en sund krop.

Vejledning: Ryst kartonen forsigtigt nogle gange før åbning. Bland 60 gr (2 skefulde) pulver 2-2,5 dl vand eller 30 gr pulver med 2,5 dl skummetmælk, og ryst det i en shaker et par sekunder. Velbekomme.

For vægttab: Erstat to måltider dagligt med LeanShake¹, og spis ét sundt og ernæringsrigtigt måltid.

Afbalanceret ernæring og vægt-vedligeholdelse:

Erstat ét måltid om dagen med LeanShake² og spis to afbalancerede nærende måltider. Dette ville bidrage til vedligeholdelse af vægten, efter vægttab.

Produktet bør være en del af en energifattig diæt i kombination med sund kost og regelmæssig motion. Det er vigtigt at indtage tilstrækkeligt med væske. Det er vigtigt at følge vejledningen.

Bemærk: Du bør rådføre dig med din læge, før du begynder at tage dette produkt eller går i gang med andre vægtkontrolprogrammer. Dette produkt bør ikke anvendes af børn under fire år, af gravide eller ammende kvinder eller af personer med spiseforstyrrelser. Personer, der lider af sygdomme, bør ikke bruge dette produkt uden at rådføre sig med sin læge.

Vanillesmagsstoffer

Økologisk ærteproteinisolat, havreprotein, kokospalme-stabiliseringspulver, saflorolie, fordøjelsesresistent stivelse, naturlig aroma (vanille), hørfrøolie, spinatpulver, grønkålpulver, kaliumcitrat, calciumcitrat, kaliumfosfat, natriumcitrat, magnesiumcitrat, ferripyrofosfat, mangan-sulfat, zinksulfat, kobbersulfat, kaliumjodin, natriumselenit, kromklorid, natriummolybdat, mellemkædede triglycerider (MCT)-olie, psyllium-frøskalpulver, havrebetaglukaner, inulin, maltodextrin, quinoapulver, honningpulver, xanthanharpiks, ananasekstraktpulver (bromalin), papayaekstraktpulver (papain), ascorbinsyre, nicotinamid, tocopherol, kalciumpantotenat, riboflavin, thiamin, pyridoxinhydrochlorid, retinol, folinsyre, biotin, cholecalciferol, cyanocobalamin, tricalciumfosfat, sødestof (steviolglycosider).

BÆRSMAGSSTOFFER

Ærteproteinisolat, havreprotein, kokospalme-stabiliseringspulver, saflorolie, fordøjelsesresistent stivelse (tapiocamaltodextrin), naturlig aroma (jordbær og hindbær), hørfrøolie, spinatpulver, grønkålpulver, kaliumcitrat, calciumcitrat, kaliumfosfat, natriumcitrat, magnesiumcitrat, ferripyrofosfat, mangan-sulfat, zinksulfat, kobbersulfat, kaliumjodin, natriumselenit, kromklorid, natriummolybdat, mellemkædede triglycerider (MCT)-olie, psyllium-frøskalpulver, havrebetaglukaner, inulin, maltodextrin, quinoapulver, honningpulver, xanthanharpiks, rødbedepulver (farve), ananasekstraktpulver (bromalin), papayaekstraktpulver (papain), ascorbinsyre, nicotinamid, tocopherol, kalciumpantotenat, riboflavin, thiamin, pyridoxinhydrochlorid, retinolacetat, folinsyre, biotin, cholecalciferol, cyanocobalamin, tricalciumfosfat, sødestof (steviolglycosider).

Næringsindhold	Pr. 100 gr	Pr. 60 gr (2 x 30 gr)
Energi	371 kcal (1.623 kJ)	223 kcal (974 kJ)
Protein	27 gr	16 gr
Kulhydrat	39 gr	23 gr
heraf sukkerarter	12 gr	7 g
Fedt	10 gr	6 gr
heraf mættet fedt	3 gr	2 gr
heraf linolsyrer	3 gr	1,5 gr
heraf alfa-linolsyrer	1 gr	0,5 gr
Kostfiber	12 gr	7 gr
Salt	1,3 gr	0,8 gr
Vitamins	(*)	(*)
Vitamin A	587 µg 84	352 µg 50
Vitamin D	4 µg 73	2,2 µg 44
Vitamin C	51 mg 114	30,8 mg 68
Vitamin E	9 mg 88	5,3 mg 53
Thiamin	1 mg 73	0,5 mg 44
Riboflavin	1 mg 64	0,6 mg 39
Niacin	12 mg 65	7 mg 39
Pantotensyre	3 mg 98	1,8 mg 59
Vitamin B6	1 mg 68	0,6 mg 41
Biotin	15 µg 98	8,8 µg 59
Folinsyre	147 µg 73	88 µg 44
Vitamin B12	1 µg 105	0,9 µg 63
Mineraler		
Calcium	587 mg 84	352 mg 50
Fosfor	513 mg 93	308 mg 56
Magnesium	147 mg 98	88 mg 59
Jern	10 mg 64	6,2 mg 39
Zink	7 mg 77	4,4 mg 46
Kobber	1 mg 67	0,4 mg 40
Jod	110 µg 85	66 µg 51
Mangan	1 mg 88	0,5 mg 53
Krom	29 µg -	18 µg -
Selen	40 µg 73	24 µg 44
Kalium	1540 mg 50	924 mg 30
Molybdæn	37 µg -	22 µg -

(*) % af referenceindtag (RI) direktiv 96/8/EF

LeanShake

Ernæringsmæssige påstande (EFSA)

1. Hvis man erstatter to daglige måltider af en energifattig diæt med måltidsretter, bidrager det til vægttab. For at bære påstanden, bør en fødevarer opfylde specifikationerne i direktiv 96/8/EF med hensyn til fødevarer under artikel 1(2)(b) af nævnte direktiv. For at opnå den anpriste virkning, bør to måltider erstattes med måltid måltidsretter dagligt.

2. Erstatning af et dagligt måltid af en energibegrænset kost med en måltidsudskiftning bidrager til vedligeholdelse af vægt efter vægttab. For at bære påstanden, bør en fødevarer opfylde specifikationerne i direktiv 96/8/EF med hensyn til fødevarer under artikel 1(2)(b) af nævnte direktiv. For at opnå den påståede virkning, bør ét måltid erstattes med en måltidsudskiftning dagligt.

3. Protein bidrager til vækst i muskelmassen. Protein bidrager til opretholdelse af muskelmassen. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til protein som omhandlet i påstand KILDE TIL PROTEIN, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

4. En påstand om at en fødevarer har et højt indhold af protein, og anprisninger, der må antages at have samme mening for forbrugeren, kan kun anvendes, hvis produktet indeholder mindst 20 % af fødevarens energiværdien som protein.

5. En påstand om at en fødevarer har et højt indhold af fibre, og anprisninger, der må antages at have samme mening for forbrugeren, kan kun anvendes, hvis produktet indeholder mindst 6 gr fibre pr. 100 gr. eller mindst 3 gr fibre pr. 100 kcal.

6. Magnesium bidrager til normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til magnesium som omhandlet i påstand KILDE TIL MAGNESIUM, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

7. Vitamin D bidrager til at opretholde en normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til Vitamin D som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin D, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

8. Magnesium bidrager til opretholdelse af normale knogler. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til magnesium som omhandlet i påstanden KILDE TIL MAGNESIUM, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006. Mangan bidrager til opretholdelse af normale knogler. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til mangan som omhandlet i påstanden KILDE TIL MANGAN, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

9. Protein bidrager til opretholdelse af normale knogler. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til protein som omhandlet i påstanden KILDE TIL PROTEIN, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

10. ALA bidrager til opretholdelse af et normalt kolesterolindholdet i blodet. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til ALA som omhandlet i påstanden KILDE TIL OMEGA-3 FEDTSYRER, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006. Der skal gives oplysninger til forbrugeren om, at den gavnlige effekt er opnået med et dagligt indtag på 2 gr ALA.

11. Erstatning af mættet fedt med umættet fedt i kosten bidrager til at opretholde normale blodets kolesterolniveauer [MUFA og PUFA er umættede fedtstoffer. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde

til umættede fedtsyrer som omhandlet i påstanden HØJ MÆNGDE AF UMÆTTET FEDT, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

12. Betaglukaner bidrager til opretholdelse af normale kolesteroltal i blodet.

Kravet kan anvendes kun til fødevarer, der indeholder mindst 1 gr af beta-glucaner fra byg, bygklid, havre, havreklid, eller blandinger af disse kilder per kvantitative portion. For at bære påstanden gives oplysninger til forbrugeren, at den gavnlige effekt er opnået med et dagligt indtag af 3 gr af beta-glucaner fra byg, bygklid, havre, havreklid, eller blandinger af disse beta-glucaner.

13. Andre vitaminer og mineraler:

Vitamin A bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin A som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin A, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin C bidrager til normal kollagendannelse for den normale knoglefunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin C som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin C, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin C bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin C som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin C, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin D bidrager til opretholdelse af normal knogler. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin D som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin D, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin D bidrager til at opretholde en normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin D som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin D, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin D bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin D som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin D, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin D bidrager til immunsystemets normale funktion hos børn. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin D som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin D, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin E bidrager til at beskytte alle celler fra oxidativ stress. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin E som omhandlet i påstanden KILDE TIL Vitamin E, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin B1 bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin B1 som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin B1, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Riboflavin bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til riboflavin som omhandlet i påstand KILDE TIL Riboflavin, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Niacin bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til folat som omhandlet i påstand KILDE TIL Niacin, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Pantothensyre bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til Pantothensyre som omhandlet i påstand KILDE TIL Pantothensyre, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin B6 bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin B6 som omhandlet i påstand KILDE Vitamin B6, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Biotin bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til biotin som omhandlet i påstand KILDE TIL Biotin, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Folat bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til folat som omhandlet i påstand KILDE TIL Folat, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Vitamin B12 bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til vitamin B12 som omhandlet i påstand KILDE TIL Vitamin B12, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Kalcium bidrager til opretholdelse af en normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til Kalcium som omhandlet i påstanden KILDE TIL Kalcium, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Fosfor bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, som mindst er en kilde til fosfor som omhandlet i påstand KILDE TIL Fosfor, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Magnesium bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til magnesium som omhandlet i påstand KILDE TIL Magnesium, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Magnesium bidrager til normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til magnesium som omhandlet i påstand KILDE TIL Magnesium, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Jern bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til magnesium som omhandlet i påstand KILDE TIL Jern, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Jern bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til jern som omhandlet i påstand KILDE TIL Jern, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Zink bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til zink som omhandlet i påstand KILDE TIL Zink, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Zinc bidrager til opretholdelse af normale knogler. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til zink som omhandlet i påstand KILDE TIL Zink, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Kobber bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til kobber som omhandlet i påstand KILDE TIL Kobber, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Kobber bidrager til den normale dannelse af bindevæv. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til kobber som omhandlet i påstand KILDE TIL Kobber, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Jod bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til jod som omhandlet i påstand KILDE TIL Jod, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Mangan bidrager til normal energiydende metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til mangan som omhandlet i påstand KILDE TIL Mangan, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Mangan bidrager til den normale dannelse af bindevæv. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til mangan som omhandlet i påstand KILDE TIL Mangan, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Krom bidrager til opretholdelse af normale blodsukkerniveauer. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til krom som omhandlet i påstanden KILDE TIL Krom, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Selen bidrager til immunsystemets normale funktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til selen som omhandlet i påstand KILDE TIL Selen, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Kalium bidrager til opretholdelse af en normal muskelfunktion. Påstanden kan kun anvendes om mad, der mindst er en kilde til Kalium som omhandlet i påstanden KILDE TIL Kalium, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.

Molybdæn bidrager til normal svovl aminosyre metabolisme. Påstanden kan kun anvendes om mad, som er mindst en kilde til molybdæn som omhandlet i påstand KILDE TIL Molybdæn, som anført i bilaget til forordning (EF) nr. 1924/2006.