

# LEANSHAKE



## PRINCIPALI INFORMAZIONI SU LEANSHAKE

Zinzino LeanShake è un pasto sostitutivo delizioso e nutriente per perdere peso<sup>1</sup>. Aiuta a perdere grasso e aumentare la massa muscolare<sup>3</sup>, bilanciando al tempo stesso il tuo microbioma per una migliore salute intestinale.

Leanshake ha un'alta percentuale di proteine<sup>4</sup> e fibre alimentari<sup>5</sup> e contiene vitamine, minerali e un'ampia gamma di altri nutrienti. Privo di glutine e soia, ha un bassissimo indice glicemico/carico glicemico e contiene solo aromi naturali.

Scegli tra due deliziosi gusti: **Vaniglia** e **Frutti rossi**.

**Contenuto:** 16 x 30 g (Portion Packs)

## PRINCIPALI BENEFICI

- ▶ **Perdita di peso**<sup>1</sup>
- ▶ **Più massa muscolare**<sup>3</sup>
- ▶ **Equilibrio intestinale**
- ▶ **Vegetariano**
- ▶ **Bassissimo indice glicemico/carico glicemico**
- ▶ **Alto contenuto proteico**<sup>4</sup> con proteine isolate del pisello e proteina d'avena
- ▶ **Alto contenuto di fibre**<sup>5</sup> con il mix Zinobiotic
- ▶ **Edulcoranti e aromi da fonti naturali**
- ▶ **Senza glutine**
- ▶ **Fonte di 25 vitamine e minerali**

# VANIGLIA E FRUTTI ROSSI

## QUALITÀ + SINERGIA = RISULTATI

LeanShake è formulato con proteine, fibre, acidi grassi, vitamine e minerali della migliore qualità per garantire un'efficacia ottimale nella perdita di peso e nello sport.

## PERDI PESO

LeanShake è un pasto sostitutivo appositamente studiato per la sostituzione di uno o più pasti al giorno al fine di perdere<sup>1</sup> o mantenere<sup>2</sup> il peso. È un pasto nutriente, formulato con i migliori ingredienti: proteine di alta qualità, cinque fibre alimentari, vari acidi grassi e 25 vitamine e minerali diversi. Fornisce all'organismo tutti i nutrienti necessari, pur contenendo meno calorie di un pasto normale.

## SVILUPPA I MUSCOLI

Le proteine favoriscono l'incremento della massa muscolare con l'allenamento<sup>3</sup>. LeanShake contiene le migliori proteine disponibili sul mercato. Diversi minerali<sup>6</sup> e anche alcune vitamine di LeanShake hanno indicazioni sulla salute relative alla normale funzione muscolare<sup>7</sup>. LeanShake può essere consumato anche come pasto complementare prima o dopo l'attività fisica.

## EQUILIBRIO INTESTINALE

LeanShake contiene le stesse fibre alimentari di ZinoBiotic, che stimolano la crescita di batteri "buoni" in tutte le zone del colon. Questi batteri si nutrono di fibre alimentari per restare attivi e superare i batteri indesiderati. I batteri "buoni" contribuiscono a numerose funzioni importanti per l'organismo, come la fermentazione degli alimenti non digeriti, la produzione di vitamine e l'educazione del sistema immunitario. Un intestino sano è alla base di una buona salute.

**ISTRUZIONI:** Agitare delicatamente la scatola un paio di volte prima di aprirla. Unire 60 g (2 misurini) di polvere e 2-2,5 dl di acqua, o 30 g di polvere e 2,5 dl di latte o latte di mandorle in uno shaker e agitare per qualche secondo. Salute!

**PER PERDERE PESO:** Sostituisci due pasti al giorno con LeanShake<sup>1</sup> e consuma un pasto nutriente ed equilibrato.

## PER UN'ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA E MANTENERE IL PESO:

Sostituire un pasto al giorno con LeanShake<sup>2</sup> e consumare due pasti nutrienti ed equilibrati. Così facendo sarà possibile mantenere il peso ideale, una volta raggiunto.

Questo prodotto deve essere integrato in una dieta ipocalorica bilanciata, accompagnata da una regolare attività fisica. È importante assumere ogni giorno la giusta quantità di liquidi. È importante seguire le istruzioni.

**NOTA:** È consigliabile consultare il medico prima di utilizzare questo prodotto o qualsiasi programma alimentare per la perdita di peso. Il prodotto non è adatto ai bambini di età inferiore a 4 anni né alle donne in gravidanza, che allattano o a chi è affetto da disturbi alimentari. Non utilizzare il prodotto senza consultare il medico se si è affetti da patologie.

## GUSTO VANIGLIA INGREDIENTI

Proteina isolata di piselli biologici, proteina di avena, linfa di palma da cocco in polvere, olio di cartamo, amido resistente alla digestione, aroma naturale (vaniglia), olio di semi di lino, spinaci in polvere, cavolo in polvere, citrato di potassio, fosfato di calcio, fosfato di potassio, citrato di sodio, citrato di magnesio, pirofosfato ferrico, solfato di manganese, solfato di zinco, solfato di rame, ioduro di potassio, selenito di sodio, cloruro di cromo, molibdato di sodio, olio di trigliceridi a catena media (MCT), buccia di psyllium in polvere, betaglucani da crusca d'avena, inulina, maltodestrina, quinoa in polvere, miele in polvere, gomma di xantano, estratto di ananas in polvere (bromelina), estratto di papaya in polvere (papaina), acido ascorbico, nicotinamide, tocoferolo, pantotenato di calcio, riboflavina, tiamina, piridossina cloridrato, retinolo acetato, acido folico, biotina, colecalciferolo, cianocobalamina, fosfato tricalcico, edulcorante (glicoside steviolico).

## GUSTO FRUTTI ROSSI INGREDIENTI

Proteina isolata di piselli biologici, proteina di avena, linfa di palma da cocco in polvere, olio di cartamo, amido resistente alla digestione (maltodestrina di tapioca), aroma naturale (fragola e lampone), olio di semi di lino, spinaci in polvere, cavolo in polvere, citrato di potassio, fosfato di calcio, fosfato di potassio, citrato di sodio, citrato di magnesio, pirofosfato ferrico, solfato di manganese, solfato di zinco, solfato di rame, ioduro di potassio, selenito di sodio, cloruro di cromo, molibdato di sodio, olio di trigliceridi a catena media (MCT), buccia di psyllium in polvere, betaglucani da crusca d'avena, inulina, maltodestrina, quinoa in polvere, miele in polvere, gomma di xantano, barbabietola in polvere (colorante), estratto di ananas in polvere (bromelina), estratto di papaya in polvere (papaina), acido ascorbico, nicotinamide, tocoferolo, pantotenato di calcio, riboflavina, tiamina, piridossina cloridrato, retinolo acetato, acido folico, biotina, colecalciferolo, cianocobalamina, fosfato tricalcico, edulcorante (glicoside steviolico).

| Contenuto nutrizionale       | Per 100 g          | Per 60 g<br>(2 x 30 g) |         |    |
|------------------------------|--------------------|------------------------|---------|----|
| Valore energetico            | 371 kcal (1623 kJ) | 223 kcal (974 kJ)      |         |    |
| Proteine                     | 27 g               | 16 g                   |         |    |
| Carboidrati                  | 39 g               | 23 g                   |         |    |
| di cui zuccheri              | 12 g               | 7 g                    |         |    |
| Grassi                       | 10 g               | 6 g                    |         |    |
| di cui grassi saturi         | 3 g                | 2 g                    |         |    |
| di cui acido linoleico       | 3 g                | 1,5 g                  |         |    |
| di cui acido alfa-linolenico | 1 g                | 0,5 g                  |         |    |
| Fibra alimentare             | 12 g               | 7 g                    |         |    |
| Sale                         | 1,3 g              | 0,8 g                  |         |    |
| Vitamine                     | (*)                | (*)                    |         |    |
| Vitamina A                   | 587 µg             | 84                     | 352 µg  | 50 |
| Vitamina D                   | 4 µg               | 73                     | 2,2 µg  | 44 |
| Vitamina C                   | 51 mg              | 114                    | 30,8 mg | 68 |
| Vitamina E                   | 9 mg               | 88                     | 5,3 mg  | 53 |
| Tiamina                      | 1 mg               | 73                     | 0,5 mg  | 44 |
| Riboflavina                  | 1 mg               | 64                     | 0,6 mg  | 39 |
| Niacina                      | 12 mg              | 65                     | 7 mg    | 39 |
| Acido pantotenico            | 3 mg               | 98                     | 1,8 mg  | 59 |
| Vitamina B6                  | 1 mg               | 68                     | 0,6 mg  | 41 |
| Biotina                      | 15 µg              | 98                     | 8,8 µg  | 59 |
| Acido folico                 | 147 µg             | 73                     | 88 µg   | 44 |
| Vitamina B12                 | 1 µg               | 105                    | 0,9 µg  | 63 |
| Minerali                     |                    |                        |         |    |
| Calcio                       | 587 mg             | 84                     | 352 mg  | 50 |
| Fosforo                      | 513 mg             | 93                     | 308 mg  | 56 |
| Magnesio                     | 147 mg             | 98                     | 88 mg   | 59 |
| Ferro                        | 10 mg              | 64                     | 6,2 mg  | 39 |
| Zinco                        | 7 mg               | 77                     | 4,4 mg  | 46 |
| Rame                         | 1 mg               | 67                     | 0,4 mg  | 40 |
| Iodio                        | 110 µg             | 85                     | 66 µg   | 51 |
| Manganese                    | 1 mg               | 88                     | 0,5 mg  | 53 |
| Cromo                        | 29 µg              | -                      | 18 µg   | -  |
| Selenio                      | 40 µg              | 73                     | 24 µg   | 44 |
| Potassio                     | 1540 mg            | 50                     | 924 mg  | 30 |
| Molibdeno                    | 37 µg              | -                      | 22 µg   | -  |

(\*) % del valore di riferimento secondo la Direttiva 96/8/CE

# LeanShake

Indicazioni nutrizionali (EFSA)

1. In una dieta ipocalorica, sostituire due pasti al giorno con pasti sostitutivi contribuisce alla perdita di peso. Al fine di poter recare l'indicazione, un alimento deve essere conforme alle specifiche della Direttiva 96/8/CE sui prodotti alimentari di cui all'Articolo 1(2)(b) di tale Direttiva. Per ottenere l'effetto indicato, due pasti al giorno devono essere sostituiti con sostituti del pasto.
2. In una dieta ipocalorica, sostituire due pasti al giorno con pasti sostitutivi contribuisce al mantenimento del peso. Al fine di poter recare l'indicazione, un alimento deve essere conforme alle specifiche della Direttiva 96/8/CE sui prodotti alimentari di cui all'Articolo 1(2)(b) di tale Direttiva. Per ottenere l'effetto indicato, un pasto al giorno deve essere sostituito con sostituti del pasto.
3. Le proteine contribuiscono all'incremento della massa muscolare. Le proteine contribuiscono a mantenere la massa muscolare. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di proteine come descritto nell'indicazione FONTE DI proteine elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.
4. Un'indicazione che definisce un alimento come ad alto contenuto di proteine e qualsiasi altra indicazione possibilmente intesa nello stesso modo dal consumatore, è accettabile solo se almeno il 20% del valore energetico dell'alimento è fornito dalle proteine.
5. Un'indicazione che definisce un alimento come ad alto contenuto di fibre, e qualsiasi altra indicazione possibilmente intesa nello stesso modo dal consumatore, è accettabile solo se il prodotto contiene almeno 6 g di fibre per 100 g o almeno 3 g di fibre per 100 kcal.
6. Il magnesio contribuisce alla normale funzione muscolare. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di magnesio come descritto nell'indicazione FONTE DI magnesio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.
7. La vitamina D contribuisce a mantenere normale la salute dei muscoli. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina D come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina D elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.
8. Il magnesio contribuisce a mantenere normale la salute ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di magnesio come descritto nell'indicazione FONTE DI magnesio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006. Il manganese contribuisce a mantenere normale la salute ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di manganese come descritto nell'indicazione FONTE DI manganese elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.
9. Le proteine contribuiscono a mantenere normale la salute ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di proteine come descritto nell'indicazione FONTE DI proteine elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.
10. L'ALA contribuisce a mantenere normale il livello di colesterolo nel sangue. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di ALA come descritto nell'indicazione FONTE DI acidi grassi Omega-3 elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006. I consumatori dovranno essere informati del fatto che i benefici si ottengono con una dose giornaliera pari a 2 mg di ALA.
11. Sostituire i grassi saturi con grassi insaturi nella dieta contribuisce a mantenere normale il livello di colesterolo nel sangue [MUFA e PUFA sono grassi insaturi]. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti con un alto contenuto di acidi grassi insaturi come descritto nell'indicazione AD ALTO CONTENUTO DI acidi grassi insaturi elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

12. I betaglucani contribuiscono a mantenere normale il livello di colesterolo nel sangue. L'indicazione può essere usata solo per alimenti che contengano almeno 1 g di betaglucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di tali fonti per porzione quantificata. Al fine di poter recare l'indicazione, i consumatori dovranno essere informati del fatto che i benefici si ottengono con una dose giornaliera pari a 3 g di betaglucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di tali betaglucani.

### 13. Altre vitamine e minerali

La vitamina A favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina A come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina A elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina C contribuisce alla normale produzione di collagene per favorire una normale funzione ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina C come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina C elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina C favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina C come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina C elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina D contribuisce a mantenere normale la salute ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina D come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina D elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina D contribuisce a mantenere normale la salute dei muscoli. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina D come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina D elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina D favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina D come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina D elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina D favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario nei bambini. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina D come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina D elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina E contribuisce a proteggere le cellule dallo stress ossidativo. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina E come descritto nell'indicazione FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI] elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La tiamina contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di tiamina come descritto nell'indicazione FONTE DI tiamina elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La riboflavina contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di riboflavina come descritto nell'indicazione FONTE DI riboflavina elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La niacina contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di niacina come descritto nell'indicazione FONTE DI niacina elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

L'acido pantotenico contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di acido pantotenico come descritto nell'indicazione FONTE DI acido pantotenico elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina B6 favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina B6 come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina B6 elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La biotina contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di biotina come descritto nell'indicazione FONTE DI biotina elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

I folati favoriscono il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di folati come descritto nell'indicazione FONTE DI folati elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

La vitamina B12 favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di vitamina B12 come descritto nell'indicazione FONTE DI vitamina B12 elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il calcio contribuisce al mantenimento della salute muscolare. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di calcio come descritto nell'indicazione FONTE DI calcio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il fosforo contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di fosforo come descritto nell'indicazione FONTE DI fosforo elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il magnesio contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di magnesio come descritto nell'indicazione FONTE DI magnesio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il magnesio contribuisce alla normale funzione muscolare. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di magnesio come descritto nell'indicazione FONTE DI magnesio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il ferro contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di ferro come descritto nell'indicazione FONTE DI ferro elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il ferro favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di ferro come descritto nell'indicazione FONTE DI ferro elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Lo zinco favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di zinco come descritto nell'indicazione FONTE DI zinco elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Lo zinco contribuisce a mantenere normale la salute ossea. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di zinco come descritto nell'indicazione FONTE DI zinco elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il rame contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di rame come descritto nell'indicazione FONTE DI [NOME DELLA O DELLE VITAMINE] E/O [NOME DEL O DEI MINERALI] elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il rame contribuisce a proteggere i tessuti connettivi. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di rame come descritto nell'indicazione FONTE DI rame elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Lo iodio contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di iodio come descritto nell'indicazione FONTE DI iodio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il manganese contribuisce a garantire un metabolismo normale. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di manganese come descritto nell'indicazione FONTE DI manganese elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il manganese contribuisce alla normale formazione dei tessuti connettivi. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di manganese come descritto nell'indicazione FONTE DI manganese elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il cromo contribuisce al mantenimento dei normali livelli di glucosio nel sangue. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di cromo trivalente come descritto nell'indicazione FONTE DI cromo elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il selenio favorisce il normale funzionamento del sistema immunitario. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di selenio come descritto nell'indicazione FONTE DI selenio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il potassio contribuisce al mantenimento della salute muscolare. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di potassio come descritto nell'indicazione FONTE DI potassio elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.

Il molibdeno contribuisce al normale metabolismo degli aminoacidi di zolfo. L'indicazione può essere utilizzata solo per alimenti che siano almeno una fonte di molibdeno come descritto nell'indicazione FONTE DI molibdeno elencata nell'Allegato al Regolamento (CE) n. 1924/2006.