

LEANSHAKE



HOOGTEPUNTEN MET BETREKKING TOT LEANSHAKE

Zinzino LeanShake is een heerlijke en gezonde maaltijdvervanging om af te vallen¹. Gebruik het om vet te verliezen, spieren op te bouwen³ en tegelijkertijd uw microbiom in evenwicht te brengen, voor de gezondheid van de darmen.

Leanshake bevat veel eiwitten⁴ en voedingsvezels⁵ en bevat vitamines, mineralen en allerlei andere voedingsstoffen. Het is vrij van gluten en soja, heeft een ultra lage glycemische index/ glycemische lading en bevat alleen natuurlijke smaakstoffen.

Kies tussen twee heerlijke smaken - **vanille** en **bessen**.

Inhoud: 16 x 30 g (Portion Packs)

BELANGRIJKSTE VOORDELEN

- ▶ **Gewicht verliezen¹**
- ▶ **Spieren opbouwen³**
- ▶ **Evenwicht in je darmen**
- ▶ **Vegetarisch**
- ▶ **Ultra lage glycemische index/glycemische lading**
- ▶ **Rijk aan eiwitten⁴ met erwt-eiwitisolaat en havereiwitten**
- ▶ **Rijk aan vezels⁵ met het Zinobiotic-vezelmengsel**
- ▶ **Zoetstoffen en smaken uit natuurlijke bronnen**
- ▶ **Glutenvrij**
- ▶ **Bron van 25 andere vitamines en mineralen**

VANILLE & BESSEN

KWALITEIT + SYNERGIE = RESULTATEN

LeanShake wordt geformuleerd met de best beschikbare eiwitten, vezels, vetzuren, vitaminen en mineralen om optimale effecten te bereiken tijdens gewichtsverlies en sport.

AFVALLEN

LeanShake is een maaltijdvervangend product speciaal ontworpen ter vervanging van één of meer maaltijden per dag voor het verliezen¹ of behouden² van gewicht. Het is een voedzame maaltijd geformuleerd met de beste beschikbare ingrediënten; hoogwaardige eiwitten, vijf dieetvezels, verschillende vetzuren en 25 verschillende vitaminen en mineralen. Het voorziet u alle voeding die uw lichaam nodig heeft terwijl het minder calorieën bevat dan uw normale maaltijd.

SPIEREN OPBOUWEN

Eiwitten dragen bij aan de groei van de spiermassa tijdens het trainen³. LeanShake wordt geformuleerd met de beste beschikbare eiwitten op de markt. Verscheidene mineralen⁶ en ook een aantal van de vitaminen hebben gezondheidsclaims met betrekking tot een normale spierfunctie⁷. LeanShake kan ook worden geconsumeerd als een extra maaltijd voor of na de lichaamsbeweging.

BRENG UW DARMEN IN EVENWICHT

De dieetvezels in LeanShake zijn hetzelfde als in ZinoBiotic en stimuleren de groei van goede bacteriën in alle delen van de dikke darm. De goede bacteriën hebben dieetvezels als voeding nodig om gezond te blijven en zich te ontdoen van minder gewenste bacteriën. De goede bacteriën dragen bij aan veel belangrijke lichaamsfuncties, zoals verwerken van onverteerd voedsel, de productie van vitaminen en het bijhouden van ons immuunsysteem. Gezonde darmen zijn essentieel voor een gezond lichaam.

Gebruiksaanwijzing: Schud de doos enkele malen voorzichtig voor opening. Meng 60 g (2 maatlepels) poeder met 2-2,5 dl water of 30 g poeder met 2,5 dl melk of amandelmelk en schud enkele seconden in een shaker. Geniet ervan.

Voor gewichtsvermindering: Vervang twee maaltijden per dag met LeanShake¹ en eet één voedzaam uitgebalanceerde maaltijd.

Voor evenwichtige voeding en gewichtsonderhoud: Vervang één maaltijd per dag met LeanShake² en eet twee evenwichtige voedzame maaltijden. Dit draagt bij tot het behoud van gewicht na gewichtsverlies.

Dit product moet onderdeel uitmaken van een energiedieet, samen met een gezond dieet en regelmatige lichaamsbeweging. Het is belangrijk voldoende vloeistof in te nemen. Het is belangrijk de aanwijzingen te volgen. **Opmerking:** Voordat u dit product of een gewichtsbeheersingsprogramma gaat gebruiken, is het raadzaam om een arts te raadplegen. Dit product mag niet worden gebruikt door kinderen onder de leeftijd van vier jaar of vrouwen die zwanger zijn of borstvoeding geven of mensen met eetstoornissen. Personen met medische aandoeningen moeten dit product niet gebruiken zonder een arts te raadplegen.

INGREDIËNTEN VANILLESMAAK

Organisch erwit-eiwitsolaat, havereiwit, kokospalmsappoeder, saffloerolie, spijsverteringsbestendig zetmeel, natuurlijk aroma (vanille), lijnzaadolie, spinazie- en boerenkoolpoeder, kaliumcitraat, calciumfosfaat, kaliumfosfaat, natriumcitraat, magnesiumcitraat, ferripyrofosfaat, mangaansulfaat, zinksulfaat, kopersulfaat, kaliumjodide, natriumseleniet, chroomchloride, natriummolybdaat, middellange-keten triglyceriden (MCT) olie, psylliumpoeder, haver bèta-glucan poeder, inuline, maltodextrine, quinoapoeder, honingpoeder, xanthaangom, ananasextractpoeder (bromaline), papaya-extractpoeder (papaine), ascorbinezuur, nicotinamide, tocoferol, calciumpantothenaat, riboflavine, thiamine, pyridoxine hydrochloride, retinolacetaat, foliumzuur, biotine, cholecalciferol, cyanocobalamine, tricalciumfosfaat, zoetstof (steviol glycoside).

INGREDIËNTEN BESSENSMAAK

Organisch erwit-eiwitsolaat, havereiwit, kokospalmsappoeder, saffloerolie, spijsverteringsbestendig Zetmeel (tapioca maltodextrine), natuurlijk aroma (aardbei en framboos), lijnzaadolie, spinazie- en boerenkoolpoeder, kaliumcitraat, calciumfosfaat, kaliumfosfaat, natriumcitraat, magnesiumcitraat, ferripyrofosfaat, mangaansulfaat, zinksulfaat, kopersulfaat, kaliumjodide, natriumseleniet, chroomchloride, natriummolybdaat, middellange-keten triglyceriden (MCT) olie, psylliumpoeder, haver bèta-glucan poeder, inuline, maltodextrine, quinoapoeder, honingpoeder, xanthaangom, rode bietenpoeder, ananasextractpoeder (bromaline), papaya-extractpoeder (papaine), ascorbinezuur, nicotinamide, tocoferol, calciumpantothenaat, riboflavine, thiamine, pyridoxine hydrochloride, retinolacetaat, foliumzuur, biotine, cholecalciferol, cyanocobalamine, tricalciumfosfaat, zoetstof (steviol glycoside).

Vermelding voedingsstoffen	Per 100 g	Per 60 g (2 x 30 g)
Energie	371 kcal (1623 kJ)	223 kcal (974 kJ)
Eiwit	27 g	16 g
Koolhydraten	39 g	23 g
waarvan suiker	12 g	7 g
Vet	10 g	6 g
waarvan verzadigd vet	3 g	2 g
waarvan linolzuur	3 g	1,5 g
waarvan alfa-linoleenzuur	1 g	0,5 g
Voedingsvezels	12 g	7 g
Zout	1,3 g	0,8 g
Vitaminen	(*)	(*)
Vitamine A	587 µg 84	352 µg 50
Vitamine D	4 µg 73	2,2 µg 44
Vitamine C	51 mg 114	30,8 mg 68
Vitamine E	9 mg 88	5,3 mg 53
Thiamine	1 mg 73	0,5 mg 44
Riboflavine	1 mg 64	0,6 mg 39
Niacine	12 mg 65	7 mg 39
Pantotheenzuur	3 mg 98	1,8 mg 59
Vitamine B6	1 mg 68	0,6 mg 41
Biotine	15 µg 98	8,8 µg 59
Foliumzuur	147 µg 73	88 µg 44
Vitamine B12	1 µg 105	0,9 µg 63
Mineralen		
Calcium	587 mg 84	352 mg 50
Fosfor	513 mg 93	308 mg 56
Magnesium	147 mg 98	88 mg 59
Ijzer	10 mg 64	6,2 mg 39
Zink	7 mg 77	4,4 mg 46
Koper	1 mg 67	0,4 mg 40
Jodium	110 µg 85	66 µg 51
Mangaan	1 mg 88	0,5 mg 53
Chroom	29 µg -	18 µg -
Selenium	40 µg 73	24 µg 44
Kalium	1540 mg 50	924 mg 30
Molybdeen	37 µg -	22 µg -

(*) % van referentie-inname (RI) Richtlijn 96/8/EG

LeanShake Voedingsclaims (EFSA)

1. Vervanging van twee dagelijkse maaltijden van een energiedieet met maaltijdvervangingen draagt bij tot gewichtsverlies. Om de claim te voeren moet een levensmiddel voldoen aan de specificaties van Richtlijn 96/8/EG met betrekking tot levensmiddelen onder artikel 1(2)(b) van die richtlijn. Met het oog op het geclaimde effect moeten twee maaltijden dagelijks worden vervangen door maaltijdvervangers.
2. Vervanging van een dagelijkse maaltijd van een energiedieet met een maaltijdvervanging draagt bij aan het behoud van het gewicht na gewichtsverlies. Om de claim te voeren moet een levensmiddel voldoen aan de voorschriften van Richtlijn 96/8/EG met betrekking tot levensmiddelen onder artikel 1(2)(b) van die richtlijn. Met het oog op het geclaimde effect moet een maaltijd dagelijks worden vervangen door maaltijdvervangers.
3. Eiwitten dragen bij aan groei in spiermassa. Eiwitten dragen bij aan het onderhoud van spiermassa. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van eiwit is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN EIWITTEN zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
4. Een claim dat een levensmiddel rijk aan omega-20 vetzuren is, en elke andere claim die waarschijnlijk dezelfde betekenis heeft voor de consument, mag alleen worden gedaan als het product ten minste 20% van de energiewaarde van het levensmiddel door eiwitten wordt geleverd.
5. Een claim dat een levensmiddel vezelrijk is, en elke andere claim die waarschijnlijk dezelfde betekenis heeft voor de consument, mag alleen worden gedaan als het product ten minste 6 g vezel per 100 g of ten minste 3 g vezel per 100 kcal bevat.
6. Magnesium draagt bij aan de normale spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine magnesium is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN magnesium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
7. Vitamine D draagt bij aan de instandhouding van een normale spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine D is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Vitamine D zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
8. Magnesium draagt bij aan het behoud van normale botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van magnesium is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN magnesium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
Mangaan draagt bij aan het behoud van normale botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van mangaan is, zoals bedoeld in de claim BRON Mangaan zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
9. Eiwit draagt bij aan het behoud van normale botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van eiwit is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN eiwitten zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.
10. ALA draagt bij aan het behoud van het normale bloedcholesterolgehalte. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van ALA is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN OMEGA 3 VETZUREN zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006. Informatie moet worden verstrekt aan de consument dat het positieve effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van 2 g ALA.
11. Vervanging van verzadigde vetten door onverzadigde vetten in de voeding draagt bij tot de instandhouding van normale bloedcholesterolspiegels [MUFA en PUFA zijn onverzadigde vetten]. De claim mag alleen

worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van onverzadigde vetzuren is, zoals bedoeld in de claim HOOG ONVERZADIGDE VETZUREN zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

12. Beta-glucanen dragen bij aan de instandhouding van normale bloedcholesterolgehalten. De claim mag alleen worden gebruikt voor levensmiddelen die ten minste 1 g beta-glucanen bevatten van haverzemelen, gerst, haver, gerstzemelen of uit mengsels van deze bronnen per gekwantificeerde portie. Om de claim te mogen voeren, moet informatie worden verstrekt aan de consument dat het gunstige effect wordt verkregen met een dagelijkse inname van 3 gram beta-glucanen in het dieet van haverzemelen, gerst, haver, gerstzemelen of uit mengsels van deze beta-glucanen.

13. Andere vitaminen en mineralen

Vitamine A draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine A is, zoals bedoeld in de claim BRON Vitamine A zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine C draagt bij aan de vorming van collageen voor de normale functie van de botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine C is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Vitamine C zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine C draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine C is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Vitamine C zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine D draagt bij aan het onderhoud van normale botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine D is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Vitamine D zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine D draagt bij aan de instandhouding van een normale spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine D is, zoals bedoeld in de claim BRON Vitamine D zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine D draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine D is, zoals bedoeld in de claim BRON Vitamine D zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine D draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem bij kinderen. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine D is, zoals bedoeld in de claim BRON Vitamine D zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine E draagt bij aan de bescherming van cellen tegen oxidatieve stress. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine E is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN [NAME OF VITAMIN/S] EN/OF [NAME OF MINERAL/S] zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Thiamine draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van thiamine is, zoals bedoeld in de claim BRON Thiamine zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Riboflavine draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van riboflavine is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Riboflavine zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Niacine draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van niacine is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Niacine zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Pantotheenzuur draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van pantotheenzuur is, zoals bedoeld in de claim BRON Pantotheenzuur zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine B6 draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine B6 is, zoals bedoeld in de claim BRON Vitamine B6 zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Biotine draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van biotine is, zoals bedoeld in de claim BRON Biotine zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Folaat draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van folaat is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Folaat zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Vitamine B12 draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van vitamine B12 is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Vitamine B12 zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Calcium draagt bij tot de normale functie van de spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van calcium is zoals bedoeld in de claim BRON VAN calcium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Fosfor draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van fosfor is zoals bedoeld in de claim BRON VAN Fosfor zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Magnesium draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van magnesium is, zoals bedoeld in de claim BRON Magnesium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Magnesium draagt bij aan de normale spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van magnesium is, zoals bedoeld in de claim BRON Magnesium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Ijzer draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van ijzer is, zoals bedoeld in de claim BRON Ijzer zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Ijzer draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van ijzer is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Ijzer zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Zink draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van zink is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN zink zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Zink draagt bij aan het behoud van normale botten. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van zink is, zoals bedoeld in de claim BRON Zink zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Koper draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van koper is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN [NAME OF VITAMIN/S] EN/OF [NAME OF MINERAL/S] zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Koper draagt bij tot de instandhouding van normale bindweefsels. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van koper is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN koper zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Jodium draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van jodium is, zoals bedoeld in de claim BRON Jodium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Mangaan draagt bij aan de normale energieproducerende stofwisseling. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van mangaan is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN mangaan zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Mangaan draagt bij aan de normale vorming van bindweefsel. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van mangaan is, zoals als bedoeld in de claim BRON VAN Mangaan zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Chroom draagt bij aan het onderhoud van normale bloedglucosespiegels. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van driewaardig chroom is, zoals bedoeld in de claim BRON Chroom zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Selenium draagt bij tot de normale functie van het immuunsysteem. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van selenium is, zoals bedoeld in de claim BRON VAN Selenium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Kalium draagt bij tot de normale functie van de spierfunctie. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van kalium is zoals bedoeld in de claim BRON VAN kalium zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.

Molybdeen draagt bij aan de normale stofwisseling van zwavel-aminozuren. De claim mag alleen worden gebruikt voor voedsel dat ten minste een bron van molybdeen is zoals bedoeld in de claim BRON Molybdeen zoals vermeld in de bijlage bij verordening (EG) nr. 1924/2006.