

LEANSHAKE



DET BÄSTA MED LEANSHAKE

Zinzino LeanShake är en god och nyttig måltidsersättning som hjälper dig att gå ned i vikt¹ eller hålla vikten².

LeanShake innehåller en hög andel protein⁴ som bidrar till en ökning av muskler³. LeanShake är en näringsrik måltid då den innehåller 25 olika vitaminer och mineraler som bidrar till normal muskelfunktion⁷, normalt skelettet⁸ samt ett normalt immunförsvar¹³. LeanShake är rik på kostfiber⁵ som bidrar till växten av bakterier i hela tjocktarmen. LeanShake är fri från gluten, soja och har endast sötningsmedel och smaker från naturliga källor.

Välj mellan två goda smaker - **vanilj** och **bär**.

Innehåll: 16 x 30 g (Portion Packs)

VIKTIGA FÖRDELAR

- ▶ **Gå ned i vikt¹**
- ▶ **Bygga muskler³**
- ▶ **Hög andel protein⁴ med ärtproteinisolat och havreprotein**
- ▶ **Hög andel fiber⁵ med ZinoBiotic-fiber blandningen**
- ▶ **Endast 231 kalorier per portion**
- ▶ **Sötningsmedel och smakämnen från naturliga källor**
- ▶ **Fri från gluten och soja**
- ▶ **Källa till 25 vitaminer och mineraler¹³**

VANILJ OCH BÄR

KVALITET + SYNERGI = RESULTAT

LeanShake är framtagen med de bästa tillgängliga proteinerna, fibrerna, fettsyror och mineralerna för att tillhandahålla optimal effekt vid viktminskning och sport.

GA NED I VIKT

LeanShake är en måltidsersättning som har utformats specifikt för att ersätta en eller fler måltider om dagen för att gå ned¹ eller behålla² vikten. Det är en näringsrik måltid som har utformats med de bästa tillgängliga ingredienserna: högkvalitativa proteiner, fem kostfiber, flera olika fettsyror och 25 olika vitaminer och mineraler. Den tillhandahåller all näring kroppen behöver samtidigt som den innehåller mindre kalorier än en normal måltid.

BYGGA MUSKLER

Proteinerna bidrar till tillväxt i muskelmassa under träning³. LeanShake är framtagen med de bästa tillgängliga proteinerna på marknaden. Flera av mineralerna⁶ och även en del av vitaminerna har hälsopåståenden som är relaterade till muskelfunktion⁷. LeanShake kan också konsumeras som en kompletterande måltid före eller efter fysisk träning.

TJOCKTARMEN

Kostfibrerna i LeanShake är samma som i ZinoBiotic och de stimulerar tillväxt av bra bakterier i tjocktarmen. De bra bakterierna behöver kostfiber som kost för att hålla sig friska och föröka sig mer än de mindre önskvärda bakterierna. Bra bakterier bidrar till många viktiga kroppsfunktioner.

Anvisningar: Skaka försiktigt förpackningen ett par gånger innan du öppnar den. Blanda 60 g (2 mått eller 2 påsar) pulver med 2-2,5 dl vatten eller 30 g pulver (1 mått eller påse) med 2,5 dl mjölk eller mandelmjölk och skaka i en shaker i ett par sekunder. Njut.

För viktminskning: Byt ut två måltider per dag mot LeanShake¹ och ät en näringsrik och balanserad måltid.

För en balanserad kost och för att hålla vikten:

Byt ut en måltid per dag mot LeanShake² och ät två näringsrika och balanserade måltider. Detta bidrar till att hålla vikten efter en viktminskning.

Den här produkten bör ingå som en del i en kalorinål och sund kost och regelbunden fysisk aktivitet. Det är också viktigt med ett korrekt vätskeintag. Det är viktigt att följa de angivna anvisningarna.

Obs! Det är att rekommendera att konsultera läkare innan man använder den här produkten eller använder sig av något viktkontrollprogram. Produkten bör inte användas av barn under fyra år, ungdomar, gravida, ammande kvinnor eller personer med ätstörningar. Personer med medicinska åkommor bör inte använda produkten utan att rådfråga läkare.

INGREDIENSER VANILJSMAK

Ärtproteinisolat, **havre**protein, kokossavpulver, saffloroljepulver, resistent stärkelse, naturliga smakämnen (vanilj), linfröolja, spenatpulver, grönkålspulver, kaliumcitrat, kalciumfosfat, kaliumfosfat, natriumcitrat, magnesiumcitrat, järnpyrofosfat, mangansulfat, zinksulfat, kopparsulfat, kaliumjodid, natriumselenit, kromklorid, natriummolybdat, pulver på olja med medellång triglyceridkedja (MCT), olja, psylliumskalpulver, **havre**betaglukanpulver, inulin, maltodextrin, quinoapulver, honungspulver, xantangummi, ananasextraktspulver (bromalin) papayaextraktspulver (papain), askorbinsyra, nikotinamid, tokoferol, kalciumpantotenat, riboflavin, tiamin, pyridoxinhydroklorid, retinolacetat, folsyra, biotin, kolekalciferol, cyanokobalamin, trikaliumfosfat, sötningsmedel (steviolglykosider).

INGREDIENSER BÄRSMAK

Ärtproteinisolat, **havre**protein, kokossavpulver, saffloroljepulver, resistent stärkelse, naturliga smakämnen (jordgubbe och hallon), linfröolja, spenatpulver, grönkålspulver, kaliumcitrat, kalciumfosfat, kaliumfosfat, natriumcitrat, magnesiumcitrat, järnpyrofosfat, mangansulfat, zinksulfat, kopparsulfat, kaliumjodid, natriumselenit, kromklorid, natriummolybdat, pulver på olja med medellång triglyceridkedja (MCT), olja, psylliumskalpulver, **havre**betaglukanpulver, inulin, maltodextrin, quinoapulver, honungspulver, xantangummi, rödbetspulver (färg) ananasextraktspulver (bromalin) papayaextraktspulver (papain), askorbinsyra, nikotinamid, tokoferol, kalciumpantotenat, riboflavin, tiamin, pyridoxinhydroklorid, retinolacetat, folsyra, biotin, kolekalciferol, cyanokobalamin, trikaliumfosfat, sötningsmedel (steviolglykosider).

Näringsdeklaration	Per 100 g	Per 60 g (2 X 30 g)		
Energi	371 kcal (1 623 kJ)	223 kcal (974 kJ)		
Protein	27 g	16 g		
Kolhydrat	39 g	23 g		
varav sockerarter	12 g	7 g		
Fett	10 g	6 g		
varav mättat fett	3 g	2 g		
varav linolsyra	3 g	1,5 g		
varav alfa-linolensyra	1 g	0,5 g		
Kostfiber	12 g	7 g		
Salt	1,3 g	0,8 g		
Vitaminer	(*)	(*)		
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
Tiamin	1 mg	73	0,5 mg	44
Riboflavin	1 mg	64	0,6 mg	39
Niacin	12 mg	65	7 mg	39
Pantotensyra	3 mg	98	1,8 mg	59
Vitamin B6	1 mg	68	0,6 mg	41
Biotin	15 µg	98	8,8 µg	59
Folsyra	147 µg	73	88 µg	44
Vitamin B12	1 µg	105	0,9 µg	63
Mineraler				
Kalcium	587 mg	84	352 mg	50
Fosfor	513 mg	93	308 mg	56
Magnesium	147 mg	98	88 mg	59
Järn	10 mg	64	6,2 mg	39
Zink	7 mg	77	4,4 mg	46
Koppar	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	1 540 mg	50	924 mg	30
Molybden	37 µg	-	22 µg	-

(*) % av referensintaget (RI) enligt direktiv 96/8/EG

LeanShake Hälsopåståenden (EFSA)

1. Att ersätta två dagliga måltider med måltidsersättning som en del av en kalorinål kost bidrar till viktnedgång.

För att använda hälsopåstående ska livsmedelsprodukten uppfylla de specifikationer som anges i direktiv 96/8/EG när det gäller livsmedel enligt artikel 1(2)(b) i direktivet. För att uppnå den påstådda effekten, bör två måltider ersättas med måltidsersättningar dagligen.

2. Ersättning av ett dagligt mål med måltidsersättning som en del av en kalorinål kost bidrar till viktnedgång. För att använda hälsopåstående ska livsmedelsprodukten uppfylla de specifikationer som anges i direktiv 96/8/EG när det gäller livsmedel enligt artikel 1(2)(b) i direktivet. För att uppnå den påstådda effekten, bör två måltider ersättas med måltidsersättningar dagligen.

3. Protein bidrar till en ökad muskelmassa. Protein bidrar till att bibehålla muskelmassan. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till protein, så som avses i påståendet KÄLLA TILL protein som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

4. Ett påstående om att ett livsmedel innehåller höga andelar protein, och alla påståenden som sannolikt har samma innebörd för konsumenten, får endast göras minst 20 % av näringsvärdet utgörs av protein.

5. Ett påstående om att ett livsmedel innehåller höga andelar fibrer, och alla påståenden som sannolikt har samma innebörd för konsumenten, får endast göras om produkten innehåller minst 6 g fibrer per 100 eller minst 3 g fibrer per 100 kcal.

6. Magnesium bidrar till en normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till magnesium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL magnesium som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

7. Vitamin D bidrar till att bibehålla normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

8. Magnesium bidrar till att bibehålla ett normalt skelett. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till magnesium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL magnesium som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006. Mangan bidrar till att bibehålla ett normalt skelett. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till mangan, så som avses i påståendet KÄLLA TILL MANGAN som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

9. Protein bidrar till att hålla benstommen normal. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till protein, så som avses i påståendet KÄLLA TILL PROTEIN som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

10. Alfa-linolensyra bidrar till att bibehålla normala kolesterolnivåer i blodet. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till alfa-linolensyra, så som avses i påståendet KÄLLA TILL OMEGA 3-FETTSYROR som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006. Information ska ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 2 g alfa-linolensyra.

11. Ersättning av mättade fetter med omättade fetter i kosten bidrar till upprätthållande av normala kolesterolnivåer i blodet [MUFA och PUFA är omättade fetter]. Påståendet kan endast användas för livsmedel som har en hög andel fettsyror, så som avses i påståendet HÖG ANDEL FETTSYROR som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

12. Betaglukaner bidrar till att bibehålla normala kolesterolnivåer i blodet. Påståendet kan endast användas för livsmedel som innehåller minst 1 g beta-glukaner från havre, havrekli, korn, havre, kornkli eller blandningar av dessa källor per kvantifierad portion. För att få använda hälsopåstående ska information ges till konsumenten om att den gynnsamma effekten uppnås med ett dagligt intag av 3 g beta-glukaner från havre, havrekli, korn, havre, kornkli eller blandningar av dessa källor per kvantifierad portion.

13. Andra vitaminer och mineraler
Vitamin A bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin A, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin A som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin C bidrar till normal kollagenbildning för normal funktion av skelett. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin C, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin C som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin C bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin C, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin C som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin D bidrar till att bibehålla normalt skelett. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin D bidrar till att bibehålla normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin D bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin D bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt hos barn. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin D, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin D som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin E bidrar till att skydda celler från oxidativ stress. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin E, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin E som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Tiamin bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till tiamin, så som avses i påståendet KÄLLA TILL tiamin som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Riboflavin bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till riboflavin, så som avses i påståendet KÄLLA TILL riboflavin som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Niacin bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till niacin, så som avses i påståendet KÄLLA TILL niacin som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Pantotensyra bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till pantotensyra, så som avses i påståendet KÄLLA TILL pantotensyra som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin B6 bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin B6, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin B6 som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Biotin bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till biotin, så som avses i påståendet KÄLLA TILL biotin som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Folat bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till folat, så som avses i påståendet KÄLLA TILL folat som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Vitamin B12 bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till vitamin B12, så som avses i påståendet KÄLLA TILL vitamin B12 som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Kalcium bidrar till normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till kalcium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL kalcium som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Fosfor bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till fosfor, så som avses i påståendet KÄLLA TILL fosfor som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Magnesium bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till magnesium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL magnesium som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Magnesium bidrar till en normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till magnesium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL magnesium som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Järn bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till järn, så som avses i påståendet KÄLLA TILL järn som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Järn bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till järn, så som avses i påståendet KÄLLA TILL järn som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Zink bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till zink, så som avses i påståendet KÄLLA TILL zink som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Zink bidrar till att hålla benstommen normal. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till zink, så som avses i påståendet KÄLLA TILL zink som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Koppar bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till koppar, så som avses i påståendet KÄLLA TILL [NAMN FÖR VITAMIN] OCH/ELLER [NAMN FÖR MINERAL] som förtecknas i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Koppar bidrar till att bibehålla normal bindväv. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till koppar, så som avses i påståendet KÄLLA TILL koppar som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Jod bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till jod, så som avses i påståendet KÄLLA TILL jod som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Mangan bidrar till en normal energiomsättning. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till mangan, så som avses i påståendet KÄLLA TILL mangan som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Mangan bidrar till normal bildning av bindväv. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till mangan, så som avses i påståendet KÄLLA TILL mangan som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Krom bidrar till att upprätthållande av normala blodsockernivåer. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till trivalent krom, så som avses i påståendet KÄLLA TILL krom som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Selen bidrar till att immunförsvaret fungerar normalt. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till selen, så som avses i påståendet KÄLLA TILL selen som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Kalium bidrar till normal muskelfunktion. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till kalium, så som avses i påståendet KÄLLA TILL kalium som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.

Molybden bidrar till en normal omsättning av svavelaminosyra. Påståendet kan endast användas för livsmedel som är minst en källa till molybden, så som avses i påståendet KÄLLA TILL molybden som beskrivs i bilagan till förordning (EG) nr 1924/2006.