

LEANSHAKE

ΟΚΑΤΑΣΤΑΤΟ ΓΕΥΜΑΤΟΣ ΓΙΑ ΕΛΕΓΧΟ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ – ΓΕΥΣΗ ΜΟΥΡΑ



ΚΥΡΙΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

Το LeanShake είναι σχεδιασμένο έτσι ώστε να υποστηρίζει τη διαχείριση του βάρους¹ και την καθημερινή διατροφή.

Παρέχει πρωτεΐνη υψηλής ποιότητας, φυτικές ίνες και 25 απαραίτητες βιταμίνες και μέταλλα, κάτι που το καθιστά μια εύκολη επιλογή για έναν πολυσύχολο τρόπο ζωής.

Οι πρωτεΐνες συμβάλλουν στην ανάπτυξη και τη διατήρηση της μυϊκής μάζας.²

Το LeanShake είναι ιδανικό για κατανάλωση εκτός σπιτιού, δεν περιέχει σόγια και διατίθεται σε διάφορες υπέροχες γεύσεις.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ: 16 × 30 g (ατομικές μερίδες)

ΚΥΡΙΑ ΟΦΕΛΗ

- ▶ Υποστήριξη της απώλειας βάρους¹
- ▶ Χτίσιμο μυών²
- ▶ Σκεύασμα με φυτικές ίνες φιλικό προς το έντερο
- ▶ Ιδανικό για χορτοφάγους
- ▶ Υψηλή περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη³, χάρη στην απομονωμένη πρωτεΐνη αρακά και την πρωτεΐνη βρώμης
- ▶ Υψηλή περιεκτικότητα σε φυτικές ίνες⁴, χάρη στο μείγμα φυτικών ινών ZinoBiotic+
- ▶ 207 kcal ανά μερίδα
- ▶ Γλυκαντικά και αρώματα φυσικής προέλευσης
- ▶ Πηγή 25 βιταμινών και μετάλλων

ZINZINO

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Διατροφική αξία ανά:	100 g	60 g	30 g + 250 ml αποβουτυρωμένο γάλα
Ενέργεια	382 kcal (1596 kJ)	229 kcal (958 kJ)	207 kcal (866 kJ)
Πρωτεΐνες	26,9 g	16,1 g	16,8 g
Υδατάνθρακες	34,8 g	20,9 g	21,7 g
εκ των οποίων σάκχαρα	15,7 g	9,4 g	16,0 g
Συνολικά λιπαρά	11,2 g	6,7 g	4,6 g
εκ των οποίων κορεσμένα λιπαρά	3,2 g	1,9 g	1,7 g
Διαιτητικές ίνες	13,5 g	8,1 g	4,1 g
Αλάτι	2,7 g	1,6 g	1,1 g
Βιταμίνες			
Βιταμίνη A	590 µg (74%*)	354 µg (44%*)	177 µg (22%*)
Βιταμίνη D	3,7 µg (74%*)	2,2 µg (44%*)	1,1 µg (22%*)
Βιταμίνη C	131,9 mg (165%*)	79,1 mg (99%*)	39,5 mg (49%*)
Βιταμίνη E	10,4 mg (87%*)	6,3 mg (52%*)	3,1 mg (26%*)
Θειαμίνη	0,8 mg (74%*)	0,5 mg (44%*)	0,4 mg (33%*)
Ριβοφλαβίνη	1,0 mg (74%*)	0,6 mg (44%*)	0,7 mg (49%*)
Νιασίνη	11,8 mg (74%*)	7,1 mg (44%*)	3,5 mg (22%*)
Παντοθενικό οξύ	4,4 mg (74%*)	2,6 mg (44%*)	1,3 mg (22%*)
Βιταμίνη B ₆	1,0 mg (74%*)	0,6 mg (44%*)	0,4 mg (33%*)
Βιοτίνη	36,8 µg (74%*)	22,1 µg (44%*)	11,0 µg (22%*)
Φολικό οξύ	147 µg (74%*)	88,3 µg (44%*)	54,2 µg (27%*)
Βιταμίνη B ₁₂	1,8 µg (74%*)	1,1 µg (44%*)	2,1 µg (82%*)
Βιταμίνη K	37,5 µg (50%*)	22,5 µg (30%*)	11,3 µg (15%*)
Ανόργανα συστατικά			
Ασβέστιο	606 mg (76%*)	363,7 mg (46%*)	494,5 mg (62%*)
Φώσφορος	878 mg (125%*)	527 mg (75%*)	551 mg (79%*)
Μαγνήσιο	277 mg (74%*)	166 mg (44%*)	108 mg (29%*)
Σίδηρος	11,9 mg (85%*)	7,1 mg (51%*)	3,6 mg (25%*)
Ψευδάργυρος	7,4 mg (74%*)	4,4 mg (44%*)	3,2 mg (32%*)
Χαλκός	0,7 mg (74%*)	0,4 mg (44%*)	0,2 mg (25%*)
Ιώδιο	110 µg (74%*)	66,2 µg (44%*)	73,1 µg (49%*)
Μαγγάνιο	1,5 mg (74%*)	0,9 mg (44%*)	0,4 mg (22%*)
Χρώμιο	29,4 µg (74%*)	17,7 µg (44%*)	8,8 µg (22%*)
Σελήνιο	40,5 µg (74%*)	24,3 µg (44%*)	14,6 µg (27%*)
Κάλιο	1488 mg (74%*)	893 mg (45%*)	861,9 mg (43%*)
Μολυβδαίνιο	36,8 µg (74%*)	22,1 µg (44%*)	11,0 µg (22%*)

(*) % Τιμή αναφοράς (ΔΤΑ)

ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΔΟΣΗ: Ανακατέψτε 2 x 30 g σκόνη με 250 ml νερό και ανακινήστε σε ένα σέικερ για λίγα δευτερόλεπτα για χρήση ως υποκατάστατο γεύματος. Εναλλακτικά, ανακατέψτε 1 x 30 g σκόνη με 250 ml αποβουτυρωμένο γάλα για ένα θρεπτικό σνακ.

ΓΙΑ ΜΕΙΩΣΗ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ: Η υποκατάσταση δύο κύριων ημερήσιων γευμάτων μιας διατροφής μειωμένων θερμίδων με υποκατάστατα γεύματος συμβάλλει στην απώλεια βάρους.

ΓΙΑ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ: Η υποκατάσταση ενός κύριου ημερήσιου γεύματος μιας διατροφής μειωμένων θερμίδων με υποκατάστατο γεύματος συμβάλλει στη διατήρηση του βάρους μετά την απώλεια κιλών.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Αυτό το προϊόν πρέπει να αποτελεί μέρος ενός συνεχούς προγράμματος ισορροπημένης διατροφής και τακτικής άσκησης, για αποτελέσματα διαρκείας. Είναι σημαντικό να διατηρείτε επαρκή την πρόσληψη υγρών. Είναι σημαντικό να ακολουθείτε τις παρεχόμενες οδηγίες.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Προτού χρησιμοποιήσετε αυτό το προϊόν ή οποιοδήποτε πρόγραμμα ελέγχου του βάρους, συνιστάται να συμβουλευτείτε έναν γιατρό. Αυτό το προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται από παιδιά κάτω των τεσσάρων ετών, γυναίκες που είναι έγκυες ή θηλάζουν, ή άτομα με διατροφικές διαταραχές. Άτομα με ιατρικές παθήσεις δεν πρέπει να χρησιμοποιούν αυτό το προϊόν χωρίς τη συμβουλή γιατρού.



ΦΥΛΑΞΗ: Φυλάσσετε το σε στεγνό και δροσερό μέρος, σε κλειστά φακελάκια.

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ: Απομόνωμα πρωτεΐνης αρακά*, χυμός καρύδας σε σκόνη, μείγμα βιταμινών/μεταλλικών στοιχείων (φωσφορικό άλας του καλίου, κιτρικό νάτριο, κιτρικό μαγνήσιο, φωσφορικό άλας του ασβεστίου, L-ασκορβικό οξύ, πυροφωσφορικός σίδηρος, οξική DL-α-τοκοφερόλη, θειικός ψευδάργυρος, φολικό οξύ, ιωδιούχο κάλιο, νικοτιναμίδιο, σεληνιώδες νάτριο, οξική ρετινόλη, D-παντοθενικό ασβέστιο, θειικό μαγγάνιο, D-βιοτίνη, χλωριούχο χρώμιο (III), θειικός χαλκός (II), κυανοκοβαλαμίνη, χοληκαλσιφερόλη, υδροχλωρική πυριδοξίνη, φυλλοκινόνη, ριβοφλαβίνη, μονονιτρική θειαμίνη, μολυβδαινικό νάτριο)*, πρωτεΐνη **βρώμης***, καρθαμέλαιο σε σκόνη*, ανθεκτικές ίνες καλαμποκιού*, φυσική αρωματική ύλη, τριγλυκερίδια μεσαίας αλυσίδας σε σκόνη, φλοιός ψυλλίου*, σπανάκι και λαχανίδα σε σκόνη*, φυτικό έλαιο σε σκόνη (λιναρόσπορος)*, ινουλίνη*, βήτα γλυκάνες χωρίς γλουτένη από **βρώμη***, μαλτοδεξτρίνη, κινόα σε σκόνη*, μέλι σε σκόνη, διογκωτικό (κόμμι ξανθάνης), χρωστική ουσία (κόκκινο παντζάρι σε σκόνη), εκχύλισμα ανανά σε σκόνη (βρομελίνη)*, εκχύλισμα παπάγιας σε σκόνη (παπαΐνη)*, γλυκαντικό (γλυκοζίδια στεβιόλης από στέβια). *Πηγή από την EE και εκτός EE

ΠΟΙΟΤΗΤΑ + ΣΥΝΕΡΓΕΙΑ = ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Το LeanShake έχει σχεδιαστεί με υψηλής ποιότητας πρωτεΐνες, φυτικές ίνες, λιπαρά οξέα, βιταμίνες και μέταλλα, ώστε να υποστηρίζει την καθημερινή σας διατροφή, είτε εστιάζετε στη διαχείριση του βάρους σας είτε σε έναν δραστήριο τρόπο ζωής.

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΒΑΡΟΥΣ

Το LeanShake είναι ένα προϊόν υποκατάστασης γεύματος, σχεδιασμένο έτσι ώστε να αντικαθιστά ένα ή δύο γεύματα την ημέρα ως μέρος μιας δίαιτας μειωμένων θερμίδων για έλεγχο του βάρους. Η αντικατάσταση δύο ημερήσιων γευμάτων με υποκατάστατα γεύματος συμβάλλει στην απώλεια βάρους, ενώ η αντικατάσταση ενός ημερήσιου γεύματος συμβάλλει στη διατήρηση του βάρους μετά την απώλεια κιλών⁵. Πρόκειται για ένα θρεπτικό γεύμα σχεδιασμένο με προσεκτικά επιλεγμένα συστατικά, όπως πρωτεΐνη υψηλής ποιότητας, πέντε διατροφικές ίνες, απαραίτητα λιπαρά οξέα και 25 διαφορετικές βιταμίνες και μέταλλα.

Το LeanShake παρέχει περίπου 207 kcal ανά μερίδα και προορίζεται για χρήση ως μέρος μιας ισορροπημένης και ποικίλης διατροφής.

ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΩΝ ΜΥΩΝ

Το LeanShake έχει σχεδιαστεί με προσεκτικά επιλεγμένες πηγές πρωτεΐνης. Το ασβέστιο⁶, το μαγνήσιο⁷, το κάλιο⁸ και η βιταμίνη D⁹ συμβάλλουν στη φυσιολογική λειτουργία των μυών.

Το LeanShake μπορεί να καταναλωθεί ως συμπληρωματικό γεύμα πριν ή μετά τη σωματική άσκηση.

Οι πρωτεΐνες συμβάλλουν στην ανάπτυξη και τη διατήρηση της μυϊκής μάζας².

ΜΕΙΓΜΑ ΦΥΤΙΚΩΝ ΙΝΩΝ

Το μείγμα διατροφικών ινών του LeanShake είναι ίδιο με αυτό του ZinoBiotic+ και περιλαμβάνεται ως μέρος ενός ισορροπημένου σκευάσματος. Οι φυτικές αυτές ίνες υφίστανται ζύμωση στο παχύ έντερο από διάφορα βακτήρια. Οι διατροφικές ίνες είναι ένα φυσικό συστατικό μιας ισορροπημένης διατροφής και συνήθως περιλαμβάνονται στην καθημερινή διατροφή. Το LeanShake μπορεί να συμπεριληφθεί ως μέρος μιας ποικίλης και ισορροπημένης διατροφής, καθώς και ενός υγιεινού τρόπου ζωής.

ΙΣΧΥΡΙΣΜΟΙ ΥΓΕΙΑΣ (ΕΕ)

¹ Η υποκατάσταση δύο κύριων ημερήσιων γευμάτων μιας διατροφής μειωμένων θερμίδων με υποκατάστατα γεύματος συμβάλλει στην απώλεια βάρους.

² Οι πρωτεΐνες συμβάλλουν στην αύξηση της μυϊκής μάζας. Οι πρωτεΐνες συμβάλλουν στη διατήρηση της μυϊκής μάζας.

³ Ένα τρόφιμο μπορεί να χαρακτηριστεί ως «πλούσιο σε πρωτεΐνη» όταν τουλάχιστον το 20% της ενεργειακής του αξίας παρέχεται από πρωτεΐνη.

⁴ Ένα τρόφιμο μπορεί να χαρακτηριστεί ως «πλούσιο σε φυτικές ίνες» όταν περιέχει τουλάχιστον 6 g φυτικές ίνες ανά 100 g (ή 3 g ανά 100 kcal).

⁵ Η υποκατάσταση ενός ημερήσιου γεύματος μιας διατροφής μειωμένων θερμίδων με υποκατάστατο γεύματος συμβάλλει στη διατήρηση του βάρους μετά την απώλεια κιλών.

⁶ Το ασβέστιο συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία των μυών.

⁷ Το μαγνήσιο συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία των μυών.

⁸ Το κάλιο συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία των μυών.

⁹ Η βιταμίνη D συμβάλλει στη διατήρηση της φυσιολογικής λειτουργίας των μυών.