

LEANSHAKE

ÎNLOCUITOR DE MASĂ PENTRU CONTROLUL GREUTĂȚII
- CU AROMĂ DE FRUCTE DE PADURE



ASPECTE IMPORTANTE REFERITOARE LA PRODUS

LeanShake este conceput pentru a susține gestionarea greutateii¹ și nutriția zilnică.

Oferă proteine de înaltă calitate, fibre alimentare și 25 de vitamine și minerale esențiale, fiind o alegere ușoară pentru un stil de viață aglomerat.

Proteinele contribuie la creșterea și menținerea masei musculare.²

LeanShake este ideal pentru momentele când sunteți în mișcare, nu conține soia și este disponibil în mai multe arome delicioase.

Conținut: 16 x 30 g (Pachete cu porții)

BENEFICIILE PRINCIPALE

- ▶ **Susținerea pierderii în greutate¹**
- ▶ **Dezvoltarea masei musculare²**
- ▶ **Formulă prietenoasă cu intestinul, cu fibre alimentare**
- ▶ **Vegetarian**
- ▶ **Conținut ridicat de proteine³ cu izolat proteic din mazăre și proteină din ovăz**
- ▶ **Bogat în fibre⁴ cu amestecul de fibre ZinoBiotic+**
- ▶ **207 kcal pe porție**
- ▶ **Îndulcitori și arome din surse naturale**
- ▶ **Sursă de 25 de vitamine și minerale**

DATE DESPRE SUPLIMENT

Valoare nutrițională de referință:	100 g	60 g	30 g + 250 ml lapte degresat
Calorii totale	382 kcal (1596 kJ)	229 kcal (958 kJ)	207 kcal (866 kJ)
Proteine	26,9 g	16,1 g	16,8 g
Carbhidrați	34,8 g	20,9 g	21,7 g
din care zaharuri	15,7 g	9,4 g	16,0 g
Total grăsimi	11,2 g	6,7 g	4,6 g
din care grăsimi saturate	3,2 g	1,9 g	1,7 g
Fibre dietetice	13,5 g	8,1 g	4,1 g
Sare	2,7 g	1,6 g	1,1 g
Vitamine			
Vitamina A	590 µg (74%*)	354 µg (44%*)	177 µg (22%*)
Vitamina D	3,7 µg (74%*)	2,2 µg (44%*)	1,1 µg (22%*)
Vitamina C	131,9 mg (165%*)	79,1 mg (99%*)	39,5 mg (49%*)
Vitamina E	10,4 mg (87%*)	6,3 mg (52%*)	3,1 mg (26%*)
Aneurină	0,8 mg (74%*)	0,5 mg (44%*)	0,4 mg (33%*)
Riboflavină (Vitamina B ₂)	1,0 mg (74%*)	0,6 mg (44%*)	0,7 mg (49%*)
Niacină (Vitamina B ₃)	11,8 mg (74%*)	7,1 mg (44%*)	3,5 mg (22%*)
Acidul pantotenic (Vitamina B ₅)	4,4 mg (74%*)	2,6 mg (44%*)	1,3 mg (22%*)
Vitamina B ₆	1,0 mg (74%*)	0,6 mg (44%*)	0,4 mg (29%*)
Biotină	36,8 µg (74%*)	22,1 µg (44%*)	11,0 µg (22%*)
Acid folic	147 µg (74%*)	88,3 µg (44%*)	54,2 µg (27%*)
Vitamina B ₁₂	1,8 µg (74%*)	1,1 µg (44%*)	2,1 µg (82%*)
Vitamina K	37,5 µg (50%*)	22,5 µg (30%*)	11,3 µg (15%*)
Minerale			
Calciu	606 mg (76%*)	363,7 mg (46%*)	494,5 mg (62%*)
Fosfor	878 mg (125%*)	527 mg (75%*)	551 mg (79%*)
Magneziu	277 mg (74%*)	166 mg (44%*)	108 mg (29%*)
Fier	11,9 mg (85%*)	7,1 mg (51%*)	3,6 mg (25%*)
Zinc	7,4 mg (74%*)	4,4 mg (44%*)	3,2 mg (32%*)
Cupru	0,7 mg (74%*)	0,4 mg (44%*)	0,2 mg (25%*)
Iod	110 µg (74%*)	66,2 µg (44%*)	73,1 µg (49%*)
Mangan	1,5 mg (74%*)	0,9 mg (44%*)	0,4 mg (22%*)
Crom	29,4 µg (74%*)	17,7 µg (44%*)	8,8 µg (22%*)
Seleniu	40,5 µg (74%*)	24,3 µg (44%*)	14,6 µg (27%*)
Potasiu	1 488 mg (74%*)	893 mg (45%*)	861,9 mg (43%*)
Molibden	36,8 µg (74%*)	22,1 µg (44%*)	11,0 µg (22%*)

DOZA ZILNICĂ RECOMANDATĂ: Amestecați 2 x 30 g de pudră cu 250 ml de apă și agitați într-un shaker timp de câteva secunde pentru a folosi ca înlocuitor pentru o masă. Ca alternativă, amestecați 1 x 30 g de pudră cu 250 ml de lapte degresat pentru un snack nutritiv.

PENTRU SCĂDEREA ÎN GREUTATE: Substituirea cu înlocuitori a două mese principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice contribuie la pierderea în greutate.¹

PENTRU MENȚINEREA GREUTĂȚII: Substituirea uneia dintre mesele principale zilnice din cadrul unei diete hipocalorice cu un înlocuitor contribuie la menținerea greutateii corporale după pierderea în greutate.⁶

OBSERVAȚIE: Acest produs ar trebui să facă parte dintr-un plan continuu de alimentație echilibrată și exerciții regulate pentru rezultate de durată. Este important să menții aportul adecvat de fluide. Este important să urmezi instrucțiunile stabilite.

OBSERVAȚIE: Înainte de utilizarea acestui produs sau a unui oricare program de control al greutateii, se recomandă să se consulte un doctor. Acest produs nu ar trebui folosit de copii sub vârsta de patru ani sau de femei care sunt gravide sau alăptează sau persoane cu tulburări alimentare. Persoane cu probleme medicale nu ar trebui să folosească acest produs fără să consulte un doctor.

PĂSTRARE: Uscat și răcoros în pliculețe închise.

INGREDIENTE: Izolat proteic din mazăre*, pudră din sevă de palmier cocotier, amestec de vitamine/minerale (fosfat de potasiu, citrat de sodiu, citrat de magneziu, fosfat de calciu, acid L-ascorbic, pirofosfat feric, acetat de DL-alfa-tocoferil, sulfat de zinc, acid folic, iodură de potasiu, nicotinamidă, selenit de sodiu, acetat de retinol, D-pantotemat de calciu, sulfat de mangan, D-biotină, clorură de crom (III), sulfat de cupru, ciancobalamină, colecalciferol, clorhidrat de piridoxină, filochinonă, riboflavină, mononitrat de tiamină, molibdat de sodiu)*, proteine din **ovăz***, praf din ulei de sofrănel*, fibre rezistente din porumb*, aromă naturală, pudră de trigliceride cu lanț mediu, coajă de psyllium*, pudră de spanac și kale*, praf de ulei vegetal (semințe de in)*, inulină*, beta-glucani fără gluten din **ovăz***, maltodextrină, pudră de quinoa*, pudră de miere, agent de încărcare (gumă xantan), colorant (pudră de sfeclă roșie), pudră din extract de ananas (bromelaină)*, pudră din extract de papaya (papaină)*, îndulcitor (glicozide de steviol din stevia).

*Origine din UE și din afara UE

CALITATE + SINERGIE = REZULTATE

LeanShake este formulat cu proteine, fibre, acizi grași, vitamine și minerale de înaltă calitate, pentru a susține nutriția zilnică, fie că vă concentrați pe gestionarea greutateii, fie pe un stil de viață activ.

GESTIONAREA GREUTĂȚII

LeanShake este un produs înlocuitor de masă, conceput pentru a înlocui una sau două mese pe zi ca parte a unei diete cu aport energetic restricționat pentru controlul greutateii. Înlocuirea a două mese zilnice cu înlocuitori de masă contribuie la pierderea în greutate¹, în timp ce înlocuirea unei mese zilnice contribuie la menținerea greutateii corporale după pierderea în greutate⁵. Este o masă nutritivă, formulată cu ingrediente atent selectate, inclusiv proteine de înaltă calitate, cinci tipuri de fibre alimentare, acizi grași esențiali și 25 de vitamine și minerale diferite.

LeanShake oferă aproximativ 207 kcal per porție și este destinat a fi utilizat ca parte a unei diete echilibrate și variate.

SUSȚINEREA MUȘCHILOR

LeanShake este formulat cu surse de proteine atent selecționate. Calciul⁶, magneziul⁷, potasiul⁸ și vitamina D⁹ contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular.

LeanShake poate fi consumat ca masă complementară înainte sau după exercițiul fizic.

Proteinele contribuie la creșterea și menținerea masei musculare².

AMESTEC DE FIBRE

Amestecul de fibre alimentare din LeanShake este același ca în ZinoBiotic+ și este inclus ca parte a unei formulări echilibrate. Aceste fibre sunt fermentate în colon de diferite bacterii. Fibrele alimentare sunt o componentă naturală a unei diete echilibrate și sunt incluse frecvent în alimentația zilnică. LeanShake poate fi inclus ca parte a unei diete variate și echilibrate și a unui stil de viață sănătos.

MENȚIUNI DE SĂNĂTATE (EU)

¹ Înlocuirea a două mese zilnice dintr-o dietă cu aport energetic restricționat cu înlocuitori de masă contribuie la pierderea în greutate.

² Proteinele contribuie la creșterea masei musculare. Proteinele contribuie la menținerea masei musculare.

³ Un aliment poate fi descris ca „bogat în proteine” atunci când cel puțin 20% din valoarea sa energetică este furnizată de proteine.

⁴ Un aliment poate fi descris ca „bogat în fibre” atunci când conține cel puțin 6 g de fibre la 100 g (sau 3 g la 100 kcal).

⁵ Înlocuirea unei mese zilnice dintr-o dietă cu aport energetic restricționat cu un înlocuitor de masă contribuie la menținerea greutății corporale după pierderea în greutate.

⁶ Calciul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular.

⁷ Magneziul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular.

⁸ Potasiul contribuie la funcționarea normală a sistemului muscular.

⁹ Vitamina D contribuie la menținerea funcției normale a sistemului muscular.