

LEANSHAKE

TOIDUASENDAJA KAALU KONTROLLIMISEKS – ŠOKOLAADI MAITSE



TOOTE PÕHIOMADUSED

LeanShake on loodud toetama kaalujälgimist¹ ja igapäevast toitumist.

See sisaldab kvaliteetset valku, kiudaineid ning 25 olulist vitamiini ja mineraaltoitainet, mistõttu on see lihtne valik kiire elustiili jaoks.

Valgud aitavad kaasa lihasmassi kasvatamisele ja säilimisele.²

LeanShake sobib ideaalselt kaasavõtmiseks, ei sisalda sojauba ja sellest on saadaval erinevaid suurepärase maitsega variante.

Sisu: 16 × 30 g (portsjonpakendid)

PEAMISED KASULIKUD TOIMED

- ▶ **Kaalulangetuse toetamine¹**
- ▶ **Lihaste kasvatamine²**
- ▶ **Soolestikusõbralik koostis kiudainetega**
- ▶ **Kõrge valgusisaldusega³, sisaldades piimavalgu kontsentrati, vadakuvalgu isolaati ja kollageenpeptiide**
- ▶ **Kõrge kiudainesisaldusega⁴, sisaldades ZinoBiotic+ kiudainesegu**
- ▶ **204 kcal portsjoni kohta**
- ▶ **Looduslikult saadud magus-, lõhna- ja maitseained**
- ▶ **25 vitamiini ja mineraaltoitainet allikas**

ZINZINO

ET - TOOTETEAVE

Toiteväärtus kohta:	100 g	60 g	30 g + 250 ml lõssi
Energia	371 kcal (1555 kJ)	223 kcal (933 kJ)	204 kcal (854 kJ)
Valgud	36,6 g	22,0 g	19,7 g
Süsivesikud	25,6 g	15,4 g	18,9 g
millest suhkrud	13,0 g	7,8 g	15,2 g
Fett	9,8 g	5,9 g	4,2 g
millest küllastunud rasvu	4,0 g	2,4 g	2,0 g
Kiudained	13,0 g	7,8 g	3,9 g
Sool	1,5 g	0,9 g	0,7 g
Vitamiinid			
A-vitamiin	572 µg (71%)*	343 µg (43%)*	171 µg (21%)*
D-vitamiin	3,6 µg (71%)*	2,1 µg (43%)*	1,1 µg (21%)*
C-vitamiin	127,4 mg (159%)*	76,4 mg (96%)*	38,2 mg (48%)*
E-vitamiin	10,1 mg (84%)*	6,1 mg (51%)*	3 mg (25%)*
Tiamiin	0,8 mg (72%)*	0,5 mg (43%)*	0,4 mg (33%)*
Riboflaviin	1,0 mg (72%)*	0,6 mg (43%)*	0,7 mg (48%)*
Niasiini	11,8 mg (74%)*	7,1 mg (44%)*	3,6 mg (22%)*
Pantoteenhape	4,4 mg (73%)*	2,6 mg (44%)*	1,3 mg (22%)*
B ₆ -vitamiin	1,0 mg (72%)*	0,6 mg (43%)*	0,4 mg (29%)*
Biotiin	35,7 µg (71%)*	21,4 µg (43%)*	10,7 µg (21%)*
Foolhape	143 µg (71%)*	85,7 µg (43%)*	52,9 µg (26%)*
B ₁₂ -vitamiin	2,7 µg (107%)*	1,6 µg (64%)*	2,3 µg (92%)*
K-vitamiin	37,5 µg (50%)*	22,5 µg (30%)*	11,3 µg (15%)*
Mineraalid			
Kaltsium	683 mg (85%)*	410 mg (51%)*	518 mg (65%)*
Fosfor	886 mg (127%)*	532 mg (76%)*	553 mg (79%)*
Magneesium	295 mg (79%)*	177 mg (47%)*	114 mg (30%)*
Raud	13,7 mg (98%)*	8,2 mg (59%)*	4,1 mg (29%)*
Tsink	7,5 mg (75%)*	4,5 mg (45%)*	3,2 mg (32%)*
Vask	1,0 mg (96%)*	0,6 mg (58%)*	0,3 mg (31%)*
Jood	107 µg (71%)*	64,3 µg (43%)*	72,1 µg (48%)*
Mangaan	1,4 mg (71%)*	0,9 mg (43%)*	0,4 mg (22%)*
Kroom	28,6 µg (71%)*	17,1 µg (43%)*	8,6 µg (21%)*
Seleen	39,3 µg (71%)*	23,6 µg (43%)*	14,3 µg (26%)*
Kaalium	1 697 mg (85%)*	1018 mg (51%)*	937 mg (47%)*
Molibdeen	35,7 µg (71%)*	21,4 µg (43%)*	10,7 µg (21%)*

(*) % Nende võrdluskogused

SOOVITATAV PÄEVANE ANNUS: segage 2 × 30 g pulbrit 250 ml veega ja loksutage mõni sekund loksutamispudelil, et kasutada segu toidukorra asendajana. Alternatiivse võimalusena segage toitava suupiste saamiseks 1 × 30 g pulbrit 250 ml lõssiga.

KEHAKAALU KONTROLLIMISEKS: vähendatud energiasisaldusega toitumise puhul aitab päevas kahe põhitoidukorra asendamine toidukorra toidu asendajaga kaasa kaalu kaotamisele.¹

TASAKAALUSTATUD KEHAKAALU SÄILITAMISEKS: vähendatud energiasisaldusega toitumise puhul aitab päevas ühe põhitoidukorra asendamine toidukorra toidu asendajaga säilitada kehakaalu pärast kaalukaotust.⁶

TÄHELEPANU: antud toode on koos tervisliku toitumise ja regulaarse füüsilise tegevusega osaks piiratud energiaga dieedist. Oluline on tagada piisav vedeliku tarbimine. Tähtis on järgida pakendil olevaid juhiseid.

TÄHELEPANU: enne toote kasutamist või kaalu reguleeriva programmiga alustamist on soovitatav pidada nõu arstiga. Toode ei ole mõeldud kasutamiseks lastele, noorukitele, rasedatele, imetavatele emadele või toitumishäiretega inimestele. Metabolismihäiretega isikud ei tohi toodet ilma arstiga nõu pidamata kasutada.

SÄILITAMINE: hoidke täielikult suletud kotis kuivas ja jahedas.

KOOSTISOSAD: vadakuvalgu isolaat (**piim**)*, **piima**valgu-kontsentraat*, kookospalmi mahla pulber, vitamiini/mineraalide segu (kaaliumfosfaat, naatriumtsitraat, magneesiumtsitraat, kaltsiumfosfaat, L-askorbiinhape, raud(III)pürofosfaat, DL-alfa-tokoferüülatsetaat, tsinksulfaat, foolhape, kaaliumjodid, nikotiinamiid, naatriumseleniit, retinoolatsetaat, kaltsium-D-pantotenaat, mangaansulfaat, D-biotiin, kroom(III)kloriid, vasksulfaat, tsüanokobalamiin, kolekaltsiferool, püridoksiinvesinikkloriid, füllokinoon, riboflaviin, tiamiinmononitrat, naatriummolibdaat)*, kollageeni peptiidid (veis)*, safflooriõli pulber*, kakao*, vastupidav maisikiud*, keskmise ahelaga triglütseriidide pulber, psülliumikest*, taimeõli pulber (linaseeme)*, inuliin*, gluteenivabad beetaglükanaid **kaerast***, maltodekstriin, kinoa pulber*, kookosõli pulber*, mee pulber, looduslik lõhna- ja maitseaine, mahuaine (ksantaankummi), ananassi ekstrakti pulber (bromelaan)*, papaia ekstrakti pulber (papaain)*, magusaine (stevioolglükosiidid steviast). *Päritolu: EL ja väljastpoolt EL-i

KVALITEET + SÜNERGIA = TULEMUSED
LeanShake'i koostises on kvaliteetsed valgud, kiudained, rasvhapped, vitamiinid ja mineraaltoitained, et toetada teie igapäevast toitumist, olenemata sellest, kas keskendute kehakaalu kontrolli all hoidmisele või aktiivsele elustiilile.

KEHAKAALU KONTROLLI ALL HOIDMINE
LeanShake on toidukorra asendaja, mis on mõeldud päevas ühe või kahe toidukorra asendamiseks osana vähendatud energiasisaldusega dieedist kehakaalu kontrolli all hoidmiseks. Kahe igapäevase toidukorra asendamine toidukorra asendajatega aitab kaasa kaalukaotusele¹, samas kui ühe igapäevase toidukorra asendamine aitab säilitada kehakaalu pärast kaalukaotust⁵. See on toitev eine, mis sisaldab hoolikalt valitud koostisosi, sealhulgas kvaliteetset valku, viit kiudainet, asendamatuid rasvhappeid ning 25 erinevat vitamiini ja mineraaltoitainet.

LeanShake annab ligikaudu 204 kcal portsjoni kohta ning on mõeldud kasutamiseks tasakaalustatud ja mitmekesise toitumise osana.

LIHASTE KASVU TOETAMINE
LeanShake sisaldab hoolikalt valitud valke. Kaltsium⁶, magneesium⁷, kaalium⁸ ja vitamiin D⁹ aitavad kaasa normaalsele lihaste tööle.

LeanShake'i võib tarbida täiendava toidukorrana enne või pärast

füüsilist treeningut.

Valgud toetavad lihasmassi kasvatamist ja säilitamist².

KIUDAINETE SEGU

LeanShake sisaldab sama tasakaalustatud kiudainete segu kui ZinoBiotic+. Need kiudained käärivad jämesooles erinevate bakterite toimel. Kiudained on tasakaalustatud toitumise loomulik osa ja kuuluvad tavaliselt igapäevase toitumise juurde. LeanShake saab täiendada mitmekesisest ja tasakaalustatud toitumist ning tervislikku eluviisi.

TERVISEALASED VÄITED (EL)

¹ Vähendatud energiasaldusega dieedis kahe igapäevase toidukorra asendamine toidukorra asendajatega aitab kaasa kaalukaotusele.

² Valgud aitavad kaasa lihasmassi kasvule. Valgud aitavad kaasa lihasmassi säilimisele.

³ Toiduaine kirjeldamisel võib kasutada väidet „kõrge valgusisaldusega“, kui vähemalt 20% selle energiasaldusest annab valk.

⁴ Toiduainet kirjeldamisel võib kasutada väidet „kõrge kiudainesisaldusega“, kui see sisaldab vähemalt 6 g kiudaineid 100 g kohta või 3 g kiudaineid 100 kcal kohta.

⁵ Vähendatud energiasaldusega dieedis ühe igapäevase toidukorra asendamine toidukorra asendajatega aitab säilitada kehakaalu pärast kaalukaotust.

⁶ Kaltsium aitab kaasa normaalsele lihaste tööle.

⁷ Magneesium aitab kaasa normaalsele lihaste tööle.

⁸ Kaalium aitab kaasa normaalsele lihaste tööle.

⁹ Vitamiin D aitab hoida lihaste talitlust normaalsena.