

LEANSHAKE

TOIDUASENDAJA KAALU KONTROLLIMISEKS – MAASIKA 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
- ▶ 206 kcal portsjoni kohta
- ▶ Looduslikult saadud magus-, lõhna- ja maitseained
- ▶ 25 vitamiini ja mineraaltoitainet allikas

ZINZINO

TOOTETEAVE

Toiteväärtus kohta:	100 g	60 g	30 g + 250 ml lõssi
Energia	378 kcal (1584 kJ)	227 kcal (951 kJ)	206 kcal (863 kJ)
Valgud	36,4 g	21,9 g	19,7 g
Süsivesikud	29,6 g	17,8 g	20,1 g
millest suhkrud	10,5 g	6,3 g	14,4 g
Fett	9,8 g	5,9 g	4,2 g
millest küllastunud rasvu	3,9 g	2,3 g	1,9 g
Kiudained	9,9 g	5,9 g	3,0 g
Sool	1,5 g	0,9 g	0,7 g
Vitamiinid			
A-vitamiin	588 µg (73%)*	353 µg (44%)*	176 µg (22%)*
D-vitamiin	3,7 µg (73%)*	2,2 µg (44%)*	1,1 µg (22%)*
C-vitamiin	131,5 mg (164%)*	78,9 mg (97%)*	39,5 mg (49%)*
E-vitamiin	10,4 mg (87%)*	6,3 mg (52%)*	3,1 mg (26%)*
Tiamiin	0,8 mg (73%)*	0,5 mg (44%)*	0,4 mg (33%)*
Riboflaviin	1,0 mg (73%)*	0,6 mg (44%)*	0,7 mg (49%)*
Niasiini	11,8 mg (73%)*	7,1 mg (44%)*	3,5 mg (22%)*
Pantoteenhape	4,4 mg (73%)*	2,6 mg (44%)*	1,3 mg (22%)*
B ₆ -vitamiin	1,0 mg (73%)*	0,6 mg (44%)*	0,4 mg (29%)*
Biotiin	36,7 µg (73%)*	22,0 µg (44%)*	11,0 µg (22%)*
Foolhape	147 µg (73%)*	88,1 µg (44%)*	54,1 µg (27%)*
B ₁₂ -vitamiin	2,7 µg (110%)*	1,6 µg (66%)*	2,3 µg (93%)*
K-vitamiin	37,5 µg (50%)*	22,5 µg (30%)*	11,3 µg (15%)*
Mineraalid			
Kaltsium	694 mg (87%)*	417 mg (52%)*	521 mg (65%)*
Fosfor	876 mg (125%)*	526 mg (75%)*	550 mg (79%)*
Magneesium	276 mg (74%)*	166 mg (44%)*	108 mg (29%)*
Raud	10,6 mg (76%)*	6,4 mg (45%)*	3,2 mg (23%)*
Tsink	7,3 mg (75%)*	4,4 mg (44%)*	3,2 mg (32%)*
Vask	0,7 mg (73%)*	0,4 mg (44%)*	0,2 mg (25%)*
Jood	110 µg (73%)*	66,1 µg (44%)*	73,0 µg (49%)*
Mangaan	1,5 mg (73%)*	0,9 mg (44%)*	0,4 mg (22%)*
Kroom	29,4 µg (73%)*	17,6 µg (44%)*	8,8 µg (22%)*
Seleen	40,4 µg (73%)*	24,2 µg (44%)*	14,6 µg (27%)*
Kaalium	1468 mg (73%)*	881 mg (44%)*	868 mg (43%)*
Molibdeen	36,7 µg (73%)*	22,0 µg (44%)*	11,0 µg (22%)*

(*) % Nende väärtuskogused

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.

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

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*, vitamiini/mineraalide segu (kaaliumfosfaat, naatriumtsitraat, magneesiumtsitraat, kaltsiumfosfaat, L-askorbiinhape, raud(III)pürofosfaat, DL-alfa-tokoferüülatsetaat, tsinksulfaat, foolhape, kaaliumjodiid, nikotiinamiid, naatrium-seleniit, retinoolatsetaat, kaltsium-D-pantotenaat, mangaan-sulfaat, D-biotiin, kroom(III)kloriid, vaskulfaat, tsüanokobalamiin, kolekaltsiferool, püridoksiinvesinikkloriid, füllokinoon, riboflaviin, tiamiinmononitrat, naatriummolibdaat)*, kollageeni peptiidid (veis)*, looduslik lõhna- ja maitseaine, kookospalmi mahla pulber, saflooriõli pulber*, keskmise ahelaga triglütseriidide pulber, psüülliumikest*, vastupidav maisikiud*, kinoa pulber*, taimeõli pulber (linaseeme)*, maltodekstriin, gluteenivabad beeta-glükaanid **kaerast***, inuliin*, kookosõli pulber*, mee pulber, mahuaine (ksantaankummi), toiduvärv (punase peedi pulber), ananassi ekstrakti pulber (bromelaiin)*, papaia ekstrakti pulber (papaia)*, 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 toitevaine, mis sisaldab hoolikalt valitud koostisosi, sealhulgas kvaliteetset valku, viit kiudainet, asendamatuid rasvhappeid ning 25 erinevat vitamiini ja mineraaltoitainet.

LeanShake annab ligikaudu 206 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 mitmekesist ja tasakaalustatud toitumist ning tervislikku eluviisi.

TERVISEALASED VÄITED (EL)

¹ Vähendatud energiasisaldusega 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 energiasisaldusest 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 energiasisaldusega 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.