

Weitere Anwendungsmöglichkeiten:

Bei fleischloser oder eiweißarmer Ernährung

kann formoline eiweiß-diät einen wichtigen Beitrag zur lebensnotwendigen Eiweißversorgung des Körpers leisten. Schon 1 bis 2 Portionen am Tag versorgen den Körper mit wertvollem Eiweiß.

Bei besonderer körperlicher Leistung (z. B. Sport)

können bis zu 70 g (ca. 7–8 Esslöffel⁴⁾ formoline eiweiß-diät zusätzlich zur normalen Ernährung ergänzt werden.

Hinweise:

Bitte beachten Sie die Zubereitungsempfehlung, da formoline eiweiß-diät allein kein vollständiges Lebensmittel ist.

Jeder Abnehmerfolg setzt eine kalorienarme Ernährung voraus.

Neben der formoline eiweiß-diät sollten auch andere Lebensmittel Teil der Ernährung sein. Auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von mind. 2 Litern (z. B. Wasser oder ungesüßten Tee) ist zu achten.

formoline eiweiß-diät ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Personen mit bekannten Stoffwechselerkrankungen, Unverträglichkeiten oder Allergien sollten vor dem Verzehr ihren Arzt zu Rate ziehen. Bei Langzeitanwendung wird eine ärztliche Beratung empfohlen.

Bitte beachten Sie den Beipackzettel unter dem Dosendeckel.

Nach dem Öffnen der Packung sollte das Pulver innerhalb von 4–6 Wochen abgebraucht werden.

Mindestens haltbar bis Ende/L.: siehe Dosenboden; Trocken und dunkel lagern; Füllhöhe technisch bedingt

Wertvolle Rohstoffe und Eigenschaften:

Die formoline eiweiß-diät verfügt über einen hohen Eiweißanteil¹⁾, bestehend aus hochwertigem pflanzlichem und tierischem Eiweiß. Das Aminosäurespektrum beinhaltet alle essentiellen (lebensnotwendigen) Aminosäuren und hat eine hohe biologische Wertigkeit²⁾. Das in der formoline eiweiß-diät enthaltene Cholin trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel bei.

Zutaten:

72,2 % Sojaproteinisolat (Glycine max), 24,0 % Molkenproteinisolat (Molkenprotein, Emulgator (Lecithine)), Magnesiumhydrogencarbonat, Kaliumcitrat, Cholinbitartrat, L-Ascorbinsäure, Trennmittel (Siliciumdioxid), Eisenfumarat, DL-alpha-Tocopheryllacetat, Kaliumiodid, Nicotinamid, Zinkoxid, Natriumselenit, Calcium-D-pantothenat, Kupfergluconat, Retinylacetat, Mangansulfat, Cholecalciferol, Pyridoxinhydrochlorid, Phyllochinon, Thiaminhydrochlorid, Pteroylmonoglutaminsäure, Riboflavin, D-Biotin

certmedica 
International GmbH

Magnolienweg 17
63741 Aschaffenburg

Servicetelefon
+ 49 60 21 / 15 09 3 – 380
PZN (D): 05566143 PZN (A): 3169018

Mixen Sie sich Ihren
Lieblingsgeschmack:
Mehr Infos unter
www.formoline.de

E026DE4801133



formoline eiweiß-diät

Vollwertige Vital-Mahlzeit



Premium
Protein-Mix
Bausteine
des Lebens

Mahlzeitersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung

- **Einfach und gesund:** eine Portion formoline eiweiß-diät, zubereitet zur Gewichtsabnahme, ersetzt eine volle Mahlzeit
- **Besonders effektiv:** das in der formoline eiweiß-diät enthaltene Cholin trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel bei
- **Hochwertig und wirksam:** ausgewogener Sojaanteil im Premium-Protein-Mix mit essentiellen Aminosäuren – für eine hohe biologische Wertigkeit¹⁾
- **Stabilisiert und schützt:** das Eiweiß des Premium-Protein-Mix unterstützt den Muskulaturerhalt
- **Angenehm mild und lecker:** für abwechslungsreiche Shakes
- **Sehr ergiebig:** reicht für 19 Mahlzeiten (bis zu 19 Tage)

Zubereitung für eine gewichtskontrollierende Ernährung

Verrühren Sie 250 ml fettarme Milch mit 25 g (ca. 3 Esslöffel⁴⁾) formoline eiweiß-diät, 2 g (ca. 1 Teelöffel⁴⁾) Pflanzenöl, das reich an ungesättigten Fettsäuren ist (z. B. Sonnenblumenöl), und 6 g (ca. 2 Teelöffel⁴⁾) Honig.

Das Ersetzen von zwei der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch formoline eiweiß-diät trägt zur Gewichtsabnahme bei.

Das Ersetzen von einer der täglichen Hauptmahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung durch formoline eiweiß-diät trägt dazu bei, das Gewicht nach der Gewichtsabnahme zu halten.

Durchschnittliche Gehalte je 100 g Pulver und des verzehrfertigen Produktes pro Mahlzeit (Portion) bei empfohlener Zubereitung für eine gewichtskontrollierende Ernährung

	je 100 g Pulver	% der Referenzmenge ²⁾	je Portion gemäß Zubereitungsempfehlung	% der Referenzmenge ²⁾
Brennwert (kJ)	1505 kJ	18	1030 kJ	12
Brennwert (kcal)	358 kcal	18	245 kcal	12
Fett	1,0 g	1	6,3 g	9
davon gesättigte Fettsäuren	0,4 g	2	2,8 g	14
Kohlenhydrate	1,0 g	0,3	17 g	7
davon Zucker	0,9 g	1	17 g	19
Ballaststoffe	<0,5 g	-	<0,5 g	-
Eiweiß	86 g	170	30 g	60
Salz	2,3 g	38	0,87 g	15

	je 100 g Pulver	% der Referenzmenge (NRV) ³⁾	je Portion gemäß Zubereitungsempfehlung	% der Referenzmenge (NRV) ³⁾
Vitamin A	1000 µg	125	250 µg	31
Vitamin D	6,4 µg	128	1,6 µg	32
Vitamin E	11 mg	92	3,9 mg	33
Vitamin K	91 µg	121	24 µg	32
Vitamin C	104 mg	130	26 mg	33
Thiamin	1,4 mg	127	0,35 mg	32
Riboflavin	0,30 mg	21	0,53 mg	38
Niacin	23 mg	144	5,8 mg	36
Vitamin B6	2,0 mg	143	0,5 mg	36
Folsäure	294 µg	147	74 µg	37
Vitamin B12	1,4 µg	56	1,4 µg	56
Biotin	64 µg	128	16 µg	32
Pantothensäure	9,2 mg	153	2,3 mg	38
Kalium	615 mg	31	544 mg	27
Calcium	187 mg	23	342 mg	43
Phosphor	609 mg	87	380 mg	54
Magnesium	466 mg	124	117 mg	31
Eisen	23 mg	164	5,8 mg	41
Zink	14 mg	140	3,6 mg	36
Kupfer	2,0 mg	200	0,5 mg	50
Mangan	2,4 mg	120	0,6 mg	30
Selen	84 µg	153	21 µg	38
Jod	274 µg	182	98 µg	65

¹⁾ laut Gesetz • ²⁾ Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen (8400kJ/2000kcal) • ³⁾ % der Referenzmenge (NRV = Nutrient Reference Values) lt. VO (EU) 1169/2011 • ⁴⁾ Da die Löffelgröße variieren kann, sind die entsprechenden Mengen vorher einmal mit einer Küchenwaage abzuwiegen.

Cholin	200 mg	-	85 mg	-
--------	--------	---	-------	---

Inhalt: 480 g