

KLIMIN SLIM **SHAKE**

FEHÉRJE TURMIXPOR

Testtömeg-szabályozás célját szolgáló, a teljes napi étrendet helyettesítő élelmiszer.

- Komplex összetétel az anyagszere támogatásáért
- Jólakottság- és csökkent éhségérzet egész napra

NAPI 4 ÉTKEZÉS HELYETTESÍTÉSE AJÁNLOTT



- Többféle diétás kúra közül választhat
- Fehérjedús: értékes, teljes értékű fehérjéket és esszenciális aminosavakat tartalmaz, vitaminokkal és ásványi anyagokkal.
- Nem tartalmaz tartósítószereket és mesterséges színezőanyagot.

30 napos kúra:

	Reggeli	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
1-5. nap	●	●	●	●
Reggelire, ebédre, uzsonnára és vacsorára 1-1 adag KLIMIN SLIM SHAKE.				
6-18. nap	●	○	●	●
Reggelire, uzsonnára és vacsorára 1-1 adag KLIMIN SLIM SHAKE, ebédre egy 600 kcal energiátartalmú fehérjedús, szénhidrátzegény étkezés.				
19-30. nap	○	○	○	●
Vacsorára 1 adag KLIMIN SLIM SHAKE. Napi kalóriabevétel ezen kívül 1200-1500 kalória energiátartalmú fehérjedús, szénhidrátzegény.				

15 napos kúra:

	Reggeli	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
1-15. nap	●	●	●	●
Reggelire, ebédre, uzsonnára és vacsorára 1-1 adag KLIMIN SLIM SHAKE.				
15 napon keresztül helyettesítse mind a négy étkezést egy-egy adag KLIMIN SLIM SHAKE turmixpor-szal. A kúra alatt korlátlanul fogyasztható leszűrt zöldséglevet, gyógyteát és szénsavmentes (ásványi) vizet naponta minimum 1 liter mennyiségben.				

ADAGOLÁS



1 adag tejtel készítve: 30 g (az az 2 adagolókanál) turmixpor 3 dl 1,5%-os zsírtartalmú tejtel elkeverve.



1 adag növényi tejtel készítve: 45 g (az az 3 adagolókanál) turmixpor 3 dl növényi tejtel elkeverve.

A diéta alatt teljesen normális közérzet és emésztést kell tapasztalnia.

A kúrához ajánlott

Klimin slim SHAKE turmixpor
Klimin slim FOCUS étrend-kiegészítő kapszula
Folyadékbevitel: a shakekkel együtt naponta 2,5-3 liter/nap.

Összetevők

Szója fehérje izolátum, tejsavó fehérje koncentrátum, dextróz, inulin (cikóriából), maltodextrin, sűrítőanyag (xantángumi), emulgeálószer (nátrium-karboxi-metil-cellulóz), instant kávé por (3%), kálium-citrát, aromák, növényi olajok (kókuszoilajból származó közepes láncú zsírsavak), kolín bitartarát, alfa-liponsav, színezékek (karamell), só, magnézium-oxid, édesítőszer (szukralóz), C-vitamin (L-aszkorbinsav), vanília kristály, E-vitamin (DL-alfa-tokoferil-acetát), vas-fumarát, B3-vitamin (nikotinamid), mangán-szulfát, cink-oxid, réz-szulfát, A-vitamin (retinil-acetát), D3-vitamin (kolekalciferol), B6-vitamin (piridoxin-hidroklorid), K1-vitamin (fillokinon), B5-vitamin (kálcium-D-pantoténát), B1-vitamin (tiamin-hidroklorid), folsav, kálium-jodid, nátrium-molibdát, nátrium-szelenit, B7-vitamin (D-biotin).

Szóját tartalmaz. 1 adag 30 g turmixpor 0,3 g laktózt tartalmaz. Glutén tartalmú gabonákat is feldolgozó üzemben készült. Nyomokban tojást tartalmazhat.

A turmixital a szervezet számára szükséges összes tápanyagot elegendő mennyiségben tartalmazza. Ha azonban 8 hétnél tovább szeretne egyhuzamban a 15 napos kúrával diétázni kérje ki kezelőorosa véleményét.

Tápérték	100 g-ban	egy adagban*	teljes napi adagban**
Energiaérték	1367 kJ	972 kJ	3886 kJ
	324 kcal	231 kcal	922 kcal
Zsír	3,4 g	5,5 g	22 g
amelyből telített zsírsavak	2,3 g	3,7 g	15 g
Szénhidrát	25 g	22 g	88 g
amelyből cukrok	16 g	19 g	76 g
Élelmi rost	8,5 g	2,6 g	10 g
Fehérje	44 g	22 g	88 g
Só	2,2 g	0,7 g	2,8 g

	100 g-ban	egy adagban*	teljes napi adagban**
A-vitamin	390 µg	156 µg	700 µg
Tiamin	0,5 mg	0,2 mg	0,8 mg
Riboflavin	0 mg	0,6 mg	2,2 mg
Niacin	14,2 mg	4,5 mg	18 mg
Pantoténsav	0,6 mg	1,3 mg	5 mg
Piridoxin	1,3 mg	0,5 mg	2 mg
Biotin	33,3 µg	10 µg	40 µg
Kolin	333,3 mg	153 mg	612,4 mg
Folát	275 µg	97,5 µg	390 µg
Cianokobalamin	0 µg	1,4 µg	5,6 µg
C-vitamin	91,7 mg	27,5 mg	110 mg
D-vitamin	8,3 µg	2,5 µg	10 µg
E-vitamin	8,3 mg	2,5 mg	10,1 mg
K-vitamin	58,3 µg	17,8 µg	71,2 µg
Cink	3,6 mg	2,4 mg	9,4 mg
Foszfor	0 mg	285 mg	1140 mg
Kalcium	0 mg	375 mg	1500 mg
Kálium	1083,3 mg	775 mg	3100 mg
Magnézium	56,7 mg	50 mg	200 mg
Mangán	2,5 mg	0,8 mg	3 mg
Molibdén	54,2 µg	16,3 µg	65 µg
Nátrium	39,2 mg	143,8 mg	575,2 mg
Réz	0,9 mg	0,3 mg	1,2 mg
Szelén	25,3 µg	17,5 µg	70 µg
Vas	7,2 mg	2,2 mg	8,8 mg
Jód	125 µg	37,5 µg	150 µg
Klorid	692 mg	207,5 mg	830 mg
Línolsav	9,2 g	2,8 g	11 g
Alfa-liponsav	1,2 g	0,4 g	1,4 g

*Adagnagyság átlagosan 30 g por 300 ml zsírszegény (1,5%-os zsírtartalmú) tejben.

**A teljes napi adag 4 adag shake-re vonatkozik.

Energiaérték 100 ml fogyasztásra kész adagban: 76 kcal/321 kJ

Aminosavmérték 100 g-ban	*Esszenciális aminosavak		
L-Izoleucin*	4,3 g	L-Cisztein	1,4 g
L-Leucin*	7,8 g	L-Arginin	8 g
L-Lizin*	6,5 g	L-Tirozin	4,1 g
L-Metionin*	1,4 g	L-Alanin	4,2 g
L-Fenilalanin*	5,4 g	L-Aszparaginsav	11,9 g
L-Treonin*	3,6 g	L-Glutaminsav	18 g
L-Tripofán*	1 g	L-Glicin	4,2 g
L-Valin*	4,5 g	L-Prolin	5,3 g
L-Hisztidin*	2,7 g	L-Szerin	5,7 g