

KLIMIN SLIM **SHAKE**

FEHÉRJE TURMIXPOR

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

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

NAPI 4 ÉTKEZÉS HELYETTESÍTÉSE AJÁNLOTT

Reggeli Ebéd Uzsonna Vacsora



- Többféle diétás kúra közül választhat
- Fehérjedús: értékes, teljes értékű fehérjéket és esszenciális aminosavakat tartalmaz, vitaminokkal és ásványi anyagokkal.
- Nem tartalmaz tartósítószerket 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 turmix-szal. A kúra alatt korlátlanul fogyasztható leszűrt zöldséglevet, gyógytea és szénsavmentes (ásványi)víz naponta minimum 1 liter mennyiségben.

ADAGOLÁS



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



1 adag növényi tejfel készítése: 45 g (az az 3 adagolókanál) turmixpor 3 dl növényi tejfel elkeverve.

A diéta alatt teljesen normális közérzetet és emésztést kell tapasztalnia.

A kúrákhoz 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, zsírszegény kakaó por (9%), növényi olajok (kókuszolajból származó közepes láncú zsírsavak), emulgeálószer (nátrium-karboxi-metil-cellulóz, xantángumi), kálium-citrát, aromák, alfa-liponsav, kolin bitararát, só, magnézium-oxid, C-vitamin (L-askorbinsav), édesítőszerek (szukralóz), 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 (filikonon), B5-vitamin (kálcium-D-pantoténat), B1-vitamin (tiamin-hidroklorid), folsav, kálium-jodid, nátrium-molibdát, nátrium-selenit, B7-vitamin (D-biotin).

Szóját tartalmaz. 1 adag 30 g turmixpor 0,3 g laktóz tartalmaz. Glutén tartalmú gabonákkal 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.

Táptérték	100 g-ban	egy adagban*	teljes napi adagban**
Energiaérték	1413 kJ	976 kJ	3904 kJ
	335 kcal	232 kcal	928 kcal
Zsír	4,2 g	5,8 g	23 g
amelyből telített zsírsavak	2,8 g	3,8 g	15 g
Szénhidrát	26 g	22 g	88 g
amelyből cukrok	13 g	18 g	72 g
Élelmi rost	8,5 g	2,6 g	10 g
Fehérje	44 g	22 g	88 g
Só	1,2 g	0,4 g	1,4 g

	100 g-ban	egy adagban*	teljes napi adagban**
A-vitamin	453,3 µg	175 µg	700 µg
Tiamin	0,5 mg	0,2 mg	0,8 mg
Riboflavin	0 mg	0,6 mg	2,2 mg
Niácinn	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	7,5 mg	2,3 mg	9,4 mg
Jód	125 µg	37,5 µg	150 µg
Klorid	692 mg	207,5 mg	830 mg
Linolsav	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 shakere vonatkozik.

Energiaérték 100ml fogyasztásra kész adagban: 78 kcal/329 kJ

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