

KLIMIN SLIM **SHAKE**

FEHÉRJE TURMIXPOR

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

- Komplex összetétel az anyagszere támogatásáért
- Jólíakottság- 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 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 energiatartalmú fehérjedús, szénhidrátszegény étkezés. | | | | |
| 19-30. nap | ○ | ○ | ○ | ● |
| Vacsorára 1 adag KLIMIN SLIM SHAKE. Napi kalóriabevitel ezen kívül 1200-1500 kalória energiatartalmú fehérjedús, szénhidrátszegény. | | | | |

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 (ásvány)víz 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 közérzetet és emésztést kell tapasztálnia.

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, sűrítanyag (xantángumi), emulgálószer (nátrium-karboxi-metil-cellulóz), aromák, kálium-citrát, növényi olajok (kókuszolajból származó közepes láncú zsírsavak), alfa-liponsav, só, kolín bitarát, édesítőszer (szukralóz), színezék (karamell), magnézium-oxid, C-vitamin (L-aszcorbinsav), vanília kristály, E-vitamin (DL-alfa-tokoferil-ecetát), vas-fumarát, B3-vitamin (nikotinamid), mangán- szulfát, cink-oxid, réz-szulfát, A-vitamin (retinil-ecetát), D3-vitamin (kolekalciferol), B6-vitamin (piridoxin-hidroklóríd), K1-vitamin (fillokinon), B5-vitamin (kálcium-D-pantoténát), B1-vitamin (tiamin-hidroklóríd), 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 kezelőőrsza 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 | 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 |
| 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 |
| Kolín | 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 |
| Fosfor | 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 |
| Szelen | 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) tejjel.

**A teljes napi adag 4 adag shakere 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 |