



OPTIFAST® home Creme Vanille

Mahlzeitenersatz für eine kalorienarme Ernährung zur Gewichtsabnahme



OPTIFAST® home Creme Vanille ist:

- Kalorienarm – eine Mahlzeit liefert 216 kcal
- Eiweißreich – 13,8 g Eiweiß/Sachet
- Reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen
- Einfach und schnell in der Zubereitung

Indikation:

- Leichtes bis mittleres Übergewicht (BMI 25–29,9)

Dosierung:

- Der Ersatz aller Mahlzeiten durch OPTIFAST® home-Produkte (ausschließliche Ernährung mit OPTIFAST® home – 4 Sachets pro Tag) trägt zu einem effektiven Gewichtsverlust bei und darf ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Wochen verwendet werden



- Der Ersatz von 2 Mahlzeiten durch OPTIFAST® home-Produkte dient der Gewichtsabnahme



- Der Ersatz einer Mahlzeit durch OPTIFAST® home-Produkte dient der Gewichtsstabilisierung



Nährstoffe in OPTIFAST® home Creme Vanille

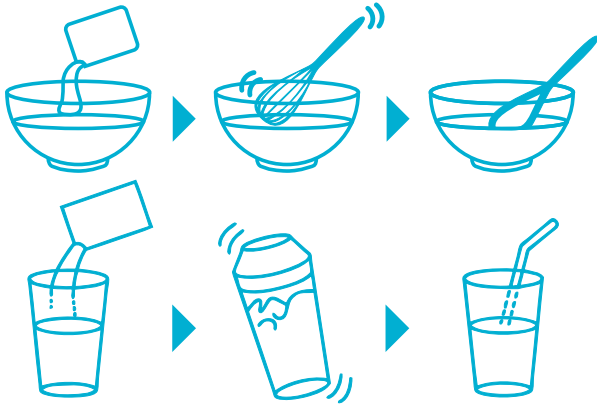
		100 g	55 g*
BRENNWERT	kcal	393	216
	kJ	1647	905
Fett	g	10,4	5,7
GFS	g	7,3	4,0
EUFS	g	0,90	0,50
MUFS	g	2,2	1,2
Linolsäure	g	2,1	1,2
Kohlenhydrate	g	47,0	25,9
davon Zucker	g	33,0	18,2
davon Lactose	g	7,0	3,9
Ballaststoffe	g	5,5	3,0
Eiweiß	g	25	13,8
Salz	g	1,6	0,87
VITAMINE & MINERALSTOFFE			
Vitamin A	µg	600	330
Vitamin D	µg	3,8	2,1
Vitamin E	mg TE	6,0	3,3
Vitamin C	mg	40	22
Vitamin B1	mg	1,3	0,72
Vitamin B2	mg	1,3	0,72
Niacin	mg	13	7,2
Vitamin B6	mg	0,90	0,50
Folsäure	µg	130	72
Vitamin B12	µg	2,0	1,1
Biotin	µg	13	7,2
Pantothensäure	mg	2,2	1,2
Calcium	mg	800	440
Phosphor	mg	800	440
Kalium	mg	1420	781
Eisen	mg	9,5	5,2
Zink	mg	7,5	4,1
Kupfer	mg	0,60	0,33
Jod	µg	120	66
Selen	µg	40	22
Natrium	mg	630	347
Magnesium	mg	90	50
Mangan	mg	0,60	0,33

Detailinformationen zu OPTIFAST® home:



Zubereitung:

Den Inhalt eines Sachets mit einem Schneebesen in ca. 200 ml kaltes Wasser einrühren oder im Mixbecher ca. 15–20 sek. gut schütteln, bis das Pulver vollständig aufgelöst ist.



Praktische Anwendungstipps:



Die Creme kann mit Gewürzen wie Zimt, Kardamom, Ingwer oder auch Minzeblättern geschmacklich verfeinert werden.



Lagerung:

Kühl und trocken lagern.

Zutatenliste OPTIFAST® home Creme Vanille: Zucker, Milcheiweiß, Magermilchpulver, pflanzliche Öle (Kokosnussöl, Sonnenblumenöl), modifizierte Stärke, Inulin, Glucosyrup, Kaliumcitrat, Calciumphosphat, Aroma, Trennmittel (Siliciumdioxid), Natriumcitrat, Verdickungsmittel (Carrageen), Stabilisator (Natriumphosphat), Maltodextrin, Emulgator (Sojalecithin, E322, E472b), Kaliumphosphat, Magnesiumcarbonat, Natriumchlorid, Süßstoff (Acesulfam K, Aspartam), Eisenpyrophosphat, Vitamin C, Zinksulfat, Niacin, Vitamin E, Kupfergluconat, Antioxidationsmittel (E304, E307), Pantothenensäure, Mangansulfat, Vitamin B1, Farbstoff (β-Carotin), Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin A, Folsäure, Kaliumjodid, Natriumselenit, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12. Enthält eine Phenylalaninquelle.

Allergene: Soja, Milch



Besondere Hinweise:

- Informationen zum OPTIFAST® home Programm sowie Kontaktinformationen zu den OPTIFAST® Zentren (ab BMI 30 empfohlen) finden Sie unter www.optifasthome.at
- Folgende Ausschlusskriterien benötigen ärztliche Rücksprache:
Milcheiweißallergie, Lactoseintoleranz, Schwangerschaft, Stillperiode, chronische Krankheiten, Medikamenteneinnahme, Essstörungen, psychische und konsumierende Erkrankungen
- Nicht geeignet für Kinder & Jugendliche
- Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät)
- OPTIFAST® home-Produkte erfüllen den angestrebten Zweck nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung und andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein.



Bestellinformation

Variante	Art.Nr.	PZNr. 1 FS (8 x 55 g)	PZNr. 8 FS (8 x 55 g)
Creme Vanille	12247445	426392	4263937



**Nestlé
Health
Science**

Nestlé Health Science
Nestlé Österreich GmbH
Am Euro Platz 2, A-1120 Wien
Tel.: +43 1 546 40 734, Fax: +43 1 546 71 333
office.nhs@at.nestle.com
www.nestlehealthscience.at