



## OPTIFAST® home Drink

Mahlzeitenersatz für eine kalorienarme Ernährung zur Gewichtsabnahme



### OPTIFAST® home Drinks sind:

- Kalorienarm – eine Mahlzeit liefert ca. 218 kcal
- Eiweißreich – ca. 14 g Eiweiß/Sachet
- Reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen
- In 4 verschiedenen Geschmacksrichtungen erhältlich
- 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 Drink Vanille\*

		100 g	55 g**
<b>BRENNWERT</b>	kcal	396	218
	kJ	1667	918
Fett	g	8,7	4,8
GFS	g	5,4	3,0
EUFS	g	1,0	0,55
MUFS	g	2,3	1,3
Linolsäure	g	2,1	1,2
Kohlenhydrate	g	52	29
davon Zucker	g	12	6,6
davon Lactose	g	8,0	4,4
Ballaststoffe	g	5,0	2,8
Eiweiß	g	25	14
Salz	g	1,0	0,55
<b>VITAMINE &amp; MINERALSTOFFE</b>			
Vitamin A	µg	500	275
Vitamin D	µg	3,7	2,0
Vitamin E	mg TE	8,0	4,4
Vitamin C	mg	30	17
Vitamin B1	mg	1,1	0,61
Vitamin B2	mg	1,3	0,72
Niacin	mg	13	7,2
Vitamin B6	mg	0,90	0,50
Folsäure	µg	140	77
Vitamin B12	µg	1,1	0,61
Biotin	µg	15	8,3
Pantothensäure	mg	2,3	1,3
Calcium	mg	480	264
Phosphor	mg	400	220
Kalium	mg	1420	781
Eisen	mg	9,5	5,2
Zink	mg	6,6	3,6
Kupfer	mg	0,60	0,33
Jod	µg	110	61
Selen	µg	40	22
Natrium	mg	400	220
Magnesium	mg	95	52
Mangan	mg	0,60	0,33

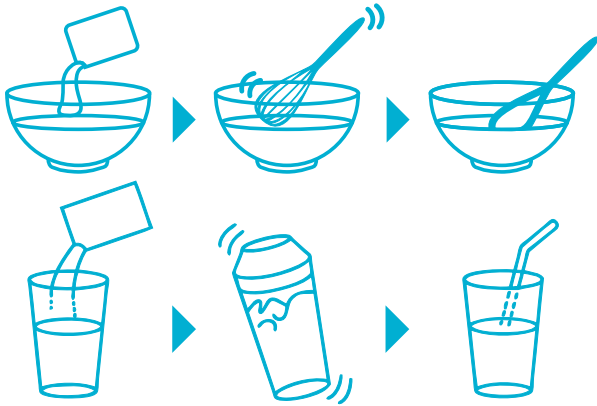
TE: Tocopheroläquivalent, \*Die Nährwertangaben von OPTIFAST® Drink Schokolade, Kaffee und Erdbeere erhalten Sie auf Anfrage. \*\*55 g = 1 Sachet

# 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 Drinks können mit Gewürzen wie Zimt, Kardamom, Ingwer oder auch Minzeblättern geschmacklich verfeinert werden.



## Lagerung:

Kühl und trocken lagern.

**Zutatenliste OPTIFAST® home Drink Vanille:**\* Glucosesirup, Milcheiweiß, Magermilchpulver, pflanzliche Öle (Kokosnussöl, Sonnenblumenöl), Inulin, Kaliumcitrat, Verdickungsmittel (E466), Natriumcitrat, Aroma, Emulgator (Sojalecithin, E322, E472b), Magnesiumcarbonat, Kaliumphosphat, Süßstoff (Acesulfam K, Aspartam), Eisenpyrophosphat, Vitamin C, Calciumphosphat, Zinksulfat, Niacin, Vitamin E, Kupfergluconat, Antioxidationsmittel (E304, E307), Pantothenensäure, Mangansulfat, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B2, Farbstoff (β-Carotin), Vitamin A, Folsäure, Kaliumjodid, Natriumselenit, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12. Enthält eine Phenylalaninquelle.

**Allergene:** Soja, Milch

\*Die Zutatenliste von OPTIFAST® Drink Schokolade, Kaffee und Erdbeere erhalten Sie auf Anfrage.



## Besondere Hinweise:

- Informationen zum OPTIFAST® home Programm sowie Kontaktinformationen zu den OPTIFAST® Zentren (ab BMI 30 empfohlen) finden Sie unter [www.optifasthome.at](http://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)
Vanille	12247550	4264492	4264486
Schokolade	12247553	4264457	4264463
Kaffee	12247555	4263972	4263989
Erdbeere*	12247557	4263943	4263966

\*Erdbeere = 1 Sachet à 53 g



**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](http://www.nestlehealthscience.at)