



OPTIFAST® Riegel

Mahlzeiterersatz für eine gewichtskontrollierende Ernährung oder Teil einer Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung.



OPTIFAST® Riegel sind:

- Kalorienarm – eine Mahlzeit liefert 220 -240 kcal
- Eiweißreich – 20 g Eiweiß/Riegel
- Reich an Ballaststoffen, Vitaminen und Mineralstoffen
- Einfach und schnell in der Zubereitung

Indikation:

- Übergewicht bis Adipositas Grad I (BMI 25–29,9)

Dosierung:

- Der Ersatz aller Mahlzeiten durch OPTIFAST®-Produkte (ausschließliche Ernährung mit 4 Sachets OPTIFAST®) 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®-Produkte dient der Gewichtsabnahme



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



Nährwerte OPTIFAST® Cerealien Riegel

| | | 100 g | 65 g* |
|-------------------------------------|------|-------|-------|
| BRENNWERT | kcal | 325 | 211 |
| | KJ | 1365 | 887 |
| Fett | g | 8,0 | 5,2 |
| - gesättigte Fettsäuren | g | 1,5 | 1,0 |
| - einfach ungesättigte FS | g | 3,0 | 2,0 |
| - mehrfach ungesättigte FS | g | 3,5 | 2,8 |
| - Linolsäure | mg | 2800 | 1820 |
| Kohlenhydrate | g | 34 | 22 |
| - Zucker | g | 8,0 | 5,2 |
| - Lactose | g | 0,5 | 0,33 |
| Ballaststoffe | g | 9,0 | 5,9 |
| Eiweiß | g | 30 | 20 |
| Salz | g | 1,5 | 1,0 |
| VITAMINE & MINERALSTOFFE | | | |
| Vitamin A | µg | 520 | 338 |
| Vitamin D | µg | 4,0 | 2,6 |
| Vitamin E | mg | 8,6 | 5,6 |
| Vitamin K | µg | 48 | 31 |
| Vitamin C | mg | 70 | 46 |
| Vitamin B1 | mg | 0,7 | 0,46 |
| Vitamin B2 | mg | 1,4 | 0,91 |
| Niacin | mg | 12 | 7,8 |
| Vitamin B6 | mg | 1,4 | 0,91 |
| Folsäure | µg | 205 | 133 |
| Vitamin B12 | µg | 2,1 | 1,4 |
| Biotin | µg | 32 | 21 |
| Pantothensäure | mg | 4,2 | 2,7 |
| Calcium | mg | 650 | 423 |
| Phosphor | mg | 550 | 358 |
| Kalium | mg | 1100 | 715 |
| Eisen | mg | 10 | 6,5 |
| Zink | mg | 7,8 | 5,1 |
| Kupfer | mg | 1,1 | 0,72 |
| Jod | µg | 110 | 72 |
| Selen | µg | 40 | 26 |
| Natrium | mg | 620 | 403 |
| Magnesium | mg | 220 | 143 |
| Mangan | mg | 1,7 | 1,1 |

*65 g = 1 Riegel

Detailinformationen zu OPTIFAST®:

Zutatenliste OPTIFAST® Himbeer-Kirsch Riegel: Sojacrispies (Sojaproteinisolat, Tapiokastärke, Salz), Vollmilchschokolade (17%) [Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator (Sojalecithin), natürliches Vanillearoma], Feuchthaltemittel (Sorbitol, Glycerin), Ballaststoffe (Polydextrose, Inulin), Sojaproteinisolat, geröstete Sojakerne, Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Calciumcarbonat, Natriumphosphat, Magnesiumcarbonat, Natriumcitrat, Magnesiumphosphat, Calciumphosphat, Kupfersulfat, Eisenpyrophosphat, Kaliumiodat, Natriumselenat, Zinkoxid, Mangansulfat), getrocknete Fruchtzubereitung (1,4%) [Himbeerpüree, Himbeersaft aus Himbeersaftkonzentrat, Apfelpüree, Kirschsafte aus Kirschsaftekonzentrat, Zucker, Fruktosesirup, Lactose, Palmöl, natürliches Aroma], Maltodextrin, Rapsöl, Fruktose-Glukose-Sirup, Vitamine (A, D, E, Thiamin, Riboflavin, B6, Niacin, Folsäure, B12, Pantothen-säure, Biotin, K, C), Säureregulator (E330), Aroma, Süßungsmittel (E955, E950), Emulgator (Sojalecithin). Kann Nüsse, Erdnüsse und Gluten enthalten.

Zutatenliste OPTIFAST® Schokoladen Riegel: Milcheiweiß (Molkenprotein-Isolat, Calciumcaseinat), Feuchthaltemittel (Sorbitol, Glycerin), Vollmilchschokolade (14,5%) [Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator (Sojalecithin), natürliches Vanillearoma], Ballaststoffe (Polydextrose), Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Calciumcarbonat, Natriumcitrat, Natriumphosphat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumphosphat, Calciumphosphat, Kupfersulfat, Eisenpyrophosphat, Kaliumiodat, Natriumselenat, Zinkoxid, Mangansulfat), fettarmes Kakaopulver (5%), pflanzliche Öle (Raps, Distel), Fruktosesirup, Sojaprotein-Isolat, Aroma, Glukosesirup, Vitamine (C, E, Niacin, A, Pantothen-säure, Biotin, B12, Folsäure, D, B6, Riboflavin, K, Thiamin), Emulgator (Sojalecithin). Kann Nüsse, Erdnüsse und Gluten enthalten.

Zutatenliste OPTIFAST® Cappuccino Riegel: Sojacrispies (Sojaproteinisolat, Tapiokastärke, Salz), Vollmilchschokolade (17%) [Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator (Sojalecithin), natürliches Vanillearoma], Feuchthaltemittel (Sorbitol, Glycerin), Sojaproteinisolat, Ballaststoffe (Polydextrose, Inulin), geröstete Sojakerne, Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Calciumcarbonat, Natriumphosphat, Magnesiumcarbonat, Natriumcitrat, Magnesiumphosphat, Calciumphosphat, Kupfersulfat, Eisenpyrophosphat, Kaliumiodat, Natriumselenat, Zinkoxid, Mangansulfat), Maltodextrin, Fruktose-Glukose-Sirup, Rapsöl, Kaffeezubereitung (0,5%) [gerösteter Kaffee, Sojaöl, Sonnenblumenöl, Palmfett, teilweise gehärtet], Vitamine (A, D, E, Thiamin, Riboflavin, B6, Niacin, Folsäure, B12, Pantothen-säure, Biotin, K, C), Aroma, Süßungsmittel (E955, E950), Emulgator (Sojalecithin). Kann Nüsse, Erdnüsse, Ei und Gluten enthalten.

Zutatenliste OPTIFAST® Cerealien Riegel: Sojacrispies (Sojaproteinisolat, Tapiokastärke, Salz), Feuchthaltemittel (Sorbitol, Glycerin), Sojaproteinisolat, geröstete Sojakerne, Ballaststoffe (Polydextrose), Haferflocken (7%), Maltodextrin, Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Calciumcarbonat, Natriumphosphat, Natriumcitrat, Magnesiumcarbonat, Magnesiumphosphat, Calciumphosphat, Kupfersulfat, Eisenpyrophosphat, Kaliumiodat, Natriumselenat, Zinkoxid, Mangansulfat), Fruktose-Glukose-Sirup, gesüßte, getrocknete Cranberries (4%) [Cranberries, Zucker, Sonnenblumenöl], Rapsöl, Vitamine (C, E, Niacin, A, Pantothen-säure, Biotin, B12, Folsäure, D, B6, Riboflavin, K, Thiamin), Süßungsmittel (E955, E950), Aroma, Emulgator (Sojalecithin). Kann Nüsse, Milch und Erdnüsse enthalten.



Besondere Hinweise:

- Informationen zum OPTIFAST® Programm sowie Kontaktinformationen zu den OPTIFAST® Zentren (ab BMI 35 empfohlen) finden Sie unter www.optifasthome.at
- Folgende Ausschlusskriterien benötigen ärztliche Rücksprache: Milcheiweißallergie, Lactoseintoleranz, chronische Krankheiten, Medikamenteneinnahme
- Nicht geeignet für Kinder & Jugendliche sowie in der Schwangerschaft, Stillperiode, bei Essstörungen, psychische und konsumierende Erkrankungen
- OPTIFAST®-Produkte erfüllen den angestrebten Zweck nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung und andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein.



Lagerung:

Kühl und trocken lagern.



Bestellinformation

| Variante | Art.Nr. | PZNr. 1 FS (6 x 65/70 g) | PZNr. 12 FS (6 x 65/70g) |
|---------------|----------|--------------------------|--------------------------|
| Himb.-Kirsche | 12465692 | 3945480 | 3945497 |
| Schokolade | 12465691 | 3945528 | 3945534 |
| Cappuccino | 12465700 | 3945505 | 3945511 |
| Cerealien | 12465685 | 5209957 | 5209963 |



Nestlé
HealthScience

Nestlé Health Science
Nestlé Österreich GmbH
Wiedner Gürtel 9, A-1100 Wien
Tel.: +43 1 546 40 734, Fax: +43 1 546 71 333
office.nhs@at.nestle.com
www.nestlehealthscience.at