



OPTIFAST® Cremen

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



OPTIFAST® Cremen sind:

- Kalorienarm – eine Mahlzeit liefert 216 kcal
- Eiweißreich – 20 g Eiweiß/Sachet
- 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® Creme Vanille

		100 g	55 g*
BRENNWERT	kcal	392	216
	kJ	1649	907
Fett	g	11	6,1
- gesättigte Fettsäuren	g	1,2	0,66
- einfach ungesättigte FS	g	4,8	2,6
- mehrfach ungesättigte FS	g	2,2	1,2
- Linolsäure	mg	3090	1700
Kohlenhydrate	g	34	19
- Zucker	g	14	7,7
- Lactose	g	12	7
Ballaststoffe	g	6,5	3,6
Eiweiß	g	36	20
Salz	g	1,2	0,67
VITAMINE & MINERALSTOFFE			
Vitamin A	µg	630	347
Vitamin D	µg	5,3	2,9
Vitamin E	mg	14	7,7
Vitamin K	µg	65	36
Vitamin C	mg	73	40
Vitamin B1	mg	1,8	1,0
Vitamin B2	mg	1,8	1,0
Niacin	mg	20	11
Vitamin B6	mg	0,90	0,50
Folsäure	µg	200	110
Vitamin B12	µg	3,8	2,1
Biotin	µg	51	28
Pantothensäure	mg	5,3	2,9
Calcium	mg	820	451
Phosphor	mg	645	355
Kalium	mg	1730	952
Eisen	mg	11	6,1
Zink	mg	9,0	5,0
Kupfer	mg	1,5	0,83
Jod	µg	135	75
Selen	µg	55	30
Natrium	mg	490	270
Magnesium	mg	256	68
Mangan	mg	1,8	1,0

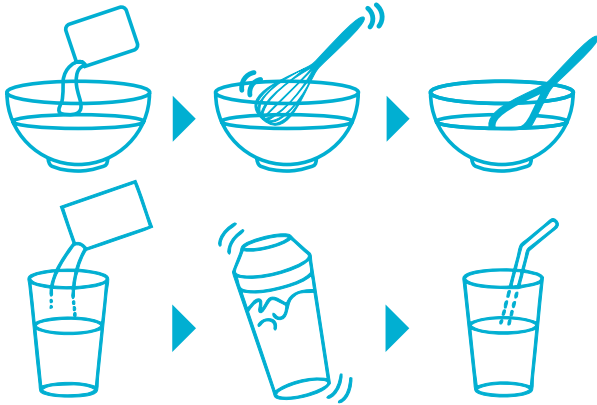
*55 g = 1 Sachet

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



Lagerung:

Kühl und trocken lagern.

Zutatenliste OPTIFAST® home Creme Vanille: Milcheiweiß, Magermilchpulver, pflanzliche Öle, enthalten Milcheiweiß (Raps, Sonnenblume), modifizierte Stärke, Ballaststoffe (Gummi arabicum, Fructo-Oligosaccharide, Inulin), Maltodextrin, Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Magnesiumcitrat, Natriumchlorid, Eisensulfat, Zinksulfat, Kupfergluconat, Mangansulfat, Natriumfluorid, Natriumselenit, Chromchlorid, Natriummolybdat, Kaliumiodid), Fischöl (enthält Sojalecithin, Milcheiweiß), Aroma, Vitamine (Niacin, E, Pantothensäure, C, B6, Thiamin, Riboflavin, A, Folsäure, K, Biotin, D, B12), Verdickungsmittel (Carrageen), Süßungsmittel (Aspartam, Acesulfam K), Farbstoff (Kurkumin). Enthält eine Phenylalaninquelle.

Allergene: Soja, Milch, Fisch



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.



Bestellinformation

Variante	Art.Nr.	PZNr. 1 FS (8 x 55 g)	PZNr. 10 FS (8 x 55 g)
Creme Vanille	12408577	5209621	5209638
Creme Schoko	12425662	5209928	5209934



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