



## OPTIFAST® Drinks

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



### OPTIFAST® Drinks 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® Drink Vanille

		100 g	55 g*
<b>BRENNWERT</b>	kcal	392	216
	KJ	1649	907
Fett	g	11	6,1
- gesättigte Fettsäuren	g	1,2	0,66
- einfach ungesättigte FS	g	5,0	2,8
- mehrfach ungesättigte FS	g	3,8	2,1
- Linolsäure	mg	3090	1700
Kohlenhydrate	g	34	19
- Zucker	g	19	10
- Lactose	g	17	9,4
Ballaststoffe	g	6,5	3,6
Eiweiß	g	36	20
Salz	g	1,2	0,67
<b>VITAMINE &amp; MINERALSTOFFE</b>			
Vitamin A	µg	630	347
Vitamin D	µg	5,3	2,9
Vitamin E	mg	14	7,7
Vitamin K	µg	70	51
Vitamin C	mg	73	40
Vitamin B1	mg	1,8	1,0
Vitamin B2	mg	1,9	1,0
Niacin	mg	20	11
Vitamin B6	mg	0,90	0,50
Folsäure	µg	200	110
Vitamin B12	µg	3,3	1,8
Biotin	µg	52	29
Pantothensäure	mg	5,5	3,0
Calcium	mg	760	418
Phosphor	mg	645	355
Kalium	mg	1720	946
Eisen	mg	11	6,1
Zink	mg	8,0	4,4
Kupfer	mg	1,4	0,77
Jod	µg	145	80
Selen	µg	58	32
Natrium	mg	490	270
Magnesium	mg	256	68
Mangan	mg	1,8	1,0

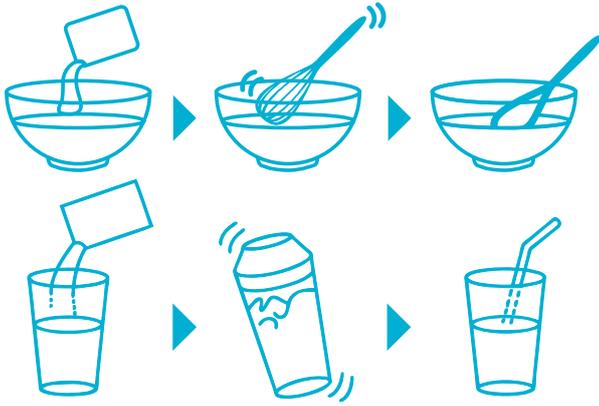
\*55 g = 1 Sachet

# 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:



## Lagerung:

Kühl und trocken lagern.

**Zutatenliste OPTIFAST® Drink Vanille:** Magermilchpulver, Milcheiweiß, Maltodextrin, pflanzliche Öle, enthalten Milcheiweiß (Raps, Sonnenblume), Ballaststoffe (Gummi arabicum, Fructo-Oligosaccharide, Inulin), Mineralstoffe (Kaliumcitrat, Magnesiumcitrat, Kaliumphosphat, Natriumchlorid, Calciumcarbonat, Eisensulfat, Zinksulfat, Kupfergluconat, Mangansulfat, Natriumfluorid, Natriumselenit, Chromchlorid, Natriummolybdat, Kaliumiodid), Fischöl (enthält Sojalecithin, Milchprotein), Vitamine (Niacin, E, Pantothensäure, C, B6, Thiamin, Riboflavin, A, Folsäure, K, Biotin, D, B12), Aroma, 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](http://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)
Vanille	12405673	5209584	5209590
Schokolade	12405672	5209609	5209615
Kaffee	12405674	5209696	5209704
Erdbeere	12405671	5209710	5209727



**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](mailto:office.nhs@at.nestle.com)  
[www.nestlehealthscience.at](http://www.nestlehealthscience.at)