Optifast® Home
Drink Erdbeere

OPTIFAST® home

Mindestens haltbar bis/Lot-Nr.:
A consommer de préférence avant le/N° de lot:

43536393 – TD 506455

Ihr Wunschgewicht erreichen & halten mit OPTIFAST® home

OPTIFAST® home Produkte sind Lebensmittel für eine kalorienarme Ernährung zur Gewichtsreduktion, die sämtliche für einen Tag erforderlichen Nährstoffe wie hochwertiges Eiweiß, Kohlenhydrate und essentielle Fettsäuren, aber auch Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, sowie Ballaststoffe in angemessener Menge enthalten.

Der Verlust an Körperfett wird effektiv unterstützt, während gleichzeitig Muskulatur und Leistungsfähigkeit des Körpers erhalten bleiben. Die empfohlene Verzehrsmenge an OPTIFAST® home-Mahlzeiten sorgt für eine gute Sättigung. Trinken Sie täglich mindestens 2,5 – 3 Liter eines kalorienfreien oder –armen Getränks, z.B. Wasser oder ungesüßten Tee.

OPTIFAST® home Produkte können auch im Rahmen des OPTIFAST® home Gewichtsreduktionsprogramms eingesetzt werden. Es umfasst neben der von Wissenschaftlern entwickelten Formula-Diät viele wertvolle Servicetools, die Sie auf Ihrem Weg zum Wunschgewicht unterstützen! Näheres unter www.optifasthome.de

OPTIFAST® home – EINFACH UND FLEXIBEL!

Mahlzeitenersatz für die moderate Gewichtskontrolle
Der Ersatz von 2 Mahlzeiten pro Tag durch OPTIFAST® home trägt zur Gewichtsabnahme bei. Der Ersatz einer Mahlzeit im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten. OPTIFAST® home Produkte erfüllen den angestrebten Zweck nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung und andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Sie finden auf www.optifasthome.de viele leckere Rezepte.

Ersatz einer Tagesration für einen effektiven Gewichtsverlust
Verzehren Sie täglich 4 OPTIFAST® home Mahlzeiten über den Tag verteilt. Werden alle täglichen Mahlzeiten durch OPTIFAST® home Mahlzeiten ersetzt, darf OPTIFAST® home ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Wochen verwendet werden. Ersetzen Sie in der Folge die OPTIFAST® home Mahlzeiten schrittweise durch ausgewogene Mahlzeiten.

Leckere OPTIFAST® home Produkte:
- Drinks: Vanille, Kaffee, Schoko, Erdbeere
- Creme: Vanille
- Suppen: Kartoffel-Lauch, Tomate
- Riegel: Schoko, Cappucino, Himbeere-Kirsche

Atteindre et garder votre poids désiré avec OPTIFAST® home

Les produits OPTIFAST® home sont destinés à une alimentation pauvre en calories pour favoriser la perte de poids – contenant tous les nutriments journaliers nécessaires comme des protéines d'une haute valeur nutritionnelle, des glucides, des acides gras essentiels, mais aussi des vitamines, des minéraux, des oligoéléments ainsi que des fibres alimentaires dans une proportion adaptée.

La perte de masse grasse est soutenue de manière effective tout en maintenant la musculature et la capacité de performance de l'organisme. Une bonne satiété est atteinte par la quantité de repas recommandée sous forme de produits OPTIFAST® home. Pour couvrir les besoins hydriques durant la phase de réduction de poids, une quantité journalière de 2,5 à 3 litres de boissons non calorigènes est recommandée p. ex. eau ou thé non sucré.

Les produits OPTIFAST® home peuvent aussi être utilisés dans le cadre du programme de réduction pondérale OPTIFAST® home. Ceci comprend en plus des formules diététiques spéciales développées par des scientifiques, beaucoup d'outils spéciaux qui vous soutiendront dans la voie d'atteinte de votre poids désiré! Vous trouverez de plus amples informations sous www.optifasthome.de

OPTIFAST® home – SIMPLE ET FLEXIBLE!

Substituts de repas pour un contrôle modéré du poids
Le remplacement de 2 repas par jour par OPTIFAST® home soutient la perte de poids. Le remplacement d'un repas par jour soutient le maintien du poids. Les produits OPTIFAST® home ne remplissent leur objectif que dans le cadre d'une alimentation pauvre en calories et complétée par d'autres aliments.

Remplacement de l'alimentation journalière pour une perte de poids effective
Répartissez les 4 repas OPTIFAST® home sur la journée. Si tous les repas journaliers sont remplacés par 4 repas OPTIFAST® home, l'alimentation avec OPTIFAST® home ne doit pas être pratiquée au-delà de trois semaines sans recommandation médicale. Remplacez par la suite, petit à petit, les produits OPTIFAST® home par des repas équilibrés.

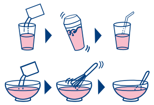
Produits OPTIFAST® home savoureux:
- Drinks: vanille, café, chocolat, fraise
- Crème: vanille
- Soupes: pomme de terre-poireau, tomate
- Barres: chocolat, cappuccino, framboise-cerise

NestléHealthScience

OPTIFAST® home

Zubereitung:
Den Inhalt eines Sachets in ca. 200 ml kaltes Wasser (Drinks, Creme) oder 250 ml bis zu max. 60°C warmes Wasser (Suppe) mit einem Handmixer einrühren oder im Mixbecher ca. 15-20 sec. gut schütteln, damit es keine Klümpchenbildung gibt. Das OPTIFAST® home Produkt sollte direkt nach der Zubereitung verzehrt werden.

Lagerung: Kühl und trocken lagern.



Préparation:
Mélanger le contenu d'un sachet dans env. 200 ml d'eau froide (drink, crème) ou dans 250 ml d'eau chaude à max. 60°C (soupe), à l'aide d'un fouet ou d'un shaker en secouant bien durant env. 15 à 20 secondes pour éviter tout grumeau. Le produit OPTIFAST® home doit être consommé directement après avoir été préparé.

Conservation: Conserver dans un endroit sec et frais.

PZN 10267827

424 g ℮ (8 Sachets à 53 g / 8 sachets de 53 g ℮)

NestléHealthScience

(DE) **Nestlé HealthCare Nutrition GmbH**
D-60523 Frankfurt
Vertrieb: **Nestlé HealthCare Nutrition GmbH**
D-81312 München

(AT) **Nestlé Österreich GmbH**
Am Euro-Platz 2
A-1120 Wien

(CH) **Nestlé Suisse S.A.**
HealthCare Nutrition
Entre-Deux-Villes P.O. Box 352
CH-1800 Vevey
Infoline: 0848 000 303

® Reg. trademark of Société des Produits Nestlé S.A.

NestléHealthScience

OPTIFAST® home

Drink Erdbeere/Drink Fraise

Tagesration oder Mahlzeiten
für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale
pour contrôle du poids.

(DE)(AT) Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln.
(CH) Mit Zucker und Süssungsmitteln. / Avec sucres et édulcorants.

Ersatz von 2 Mahlzeiten zur Gewichtsabnahme
Ersatz einer Mahlzeit zur Gewichtskontrolle

Hochwertiges Eiweiß zum Erhalt der Muskelmasse

Hoher Gehalt an 13 Vitaminen und 13 Mineralstoffen

8 Sachets à / 8 sachets de 53 g ℮

OPTIFAST® home

www.optifasthome.de

Nährwertinformationen / Information nutritionnelle

Durchschnittlicher Gehalt / Teneur moyenne		pro 100 g Pulver / poudre	pro 53 g*	%NRV / VNR** pro / par 53 g
Brennwert / énergie	kJ/kcal	1642/390	868/206	
Fett, davon / Lipides, dont	g	7,1	3,8	
– gesättigte Fettsäuren / acides gras saturés	g	1,1	0,58	
– einf. unges. Fettsäuren/acides gras monoinsaturés	g	1,4	0,74	
– mehrf. unges. Fettsäuren / acides gras polyinsaturés	g	4,6	2,4	
Linolsäure / acide linoléique	g	3,8	2,0	
Kohlenhydrate, davon / Hydrates de carbone, dont	g	46	24	
– Zucker / sucre	g	36	19	
– Lactose	g	20	11	
Ballaststoffe / Nahrungsfasern / Fibres alimentaires	g	4,8	2,5	
Eiweiß / Protéines	g	33	17	
Salz / Sel (=Na (g) x 2,5)	g	1,6	0,86	
Vitamine und Mineralstoffe / Vitamines et sels minéraux				
A	µg	630	334	42
D	µg	2,4	1,3	25
E	mg TE	11	5,8	49
K	µg	45	24	32
C	mg	55	29	36
B1	mg	1,3	0,69	63
B2	mg	1,4	0,74	53
Niacin / niacine	mg	11,7	6,2	39
B6	mg	1,7	0,90	64
Folsäure / acide folique	µg	190	101	50
B12	µg	1,9	1,0	40
Biotin / biotine	µg	55	29	58
Pantothensäure / acide pantothénique	mg	7,0	3,7	62
Calcium	mg	780	413	52
Phosphor / phosphore	mg	650	345	49
Kalium / potassium	mg	1800	954	48
Eisen / fer	mg	9,5	5,0	36
Zink / zinc	mg	8,0	4,2	42
Kupfer / cuivre	mg	1,4	0,74	74
Jod / iode	µg	120	64	42
Selen / sélénium	µg	60	32	58
Natrium / sodium	mg	650	345	
Magnesium / magnésium	mg	200	106	28
Mangan / manganèse	mg	2,4	1,3	64
Chrom / chrome	µg	110	58	146
Molybdän / molybdène	µg	120	64	127
Fluorid / fluor	mg	2	1,1	30

TE = Tocopheroläquivalent / Tocophérol-Equivalent
* 53 g = 1 Sachet   ** Referenzmenge für tägliche Zufuhr (Erwachsene) / Valeur nutritionnelle de référence (adultes)

Zutaten: Magermilchpulver, Milcheiweiß, Zucker, pflanzliches Öl (Sonnenblumenöl), Inulin, Kaliumcitrat, Maltodextrin, Verdickungsmittel (E466), Säureregulator (Zitronensäure), Aroma, Magnesiumcarbonat, Natriumchlorid, Kaliumchlorid, Farbstoff (Beetenrot), Kaliumphosphat, Natriumcitrat, Emulgator (Sojalecithin, E322), Vitamin C, Eisenpyrophosphat, Süßstoff (Acesulfam K, Aspartam), Zinksulfat, Niacin, Kupfergluconat, Vitamin E, Calciumphosphat, Mangansulfat, Antioxidationsmittel (E304, E307), Pantothensäure, Natriumfluorid, Vitamin B6, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin A, Chromchlorid, Natriummolybdat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, Biotin, Vitamin K, Vitamin D, Vitamin B12. Enthält eine Phenylalaninquelle.

Ingrédients: Lait écrémé en poudre, protéine de lait, sucre, huile végétale (tournesol), inuline, citrate de potassium, maltodextrine, épaississant (E466), correcteur d'acidité (acide citrique), arôme, carbonate de magnésium, chlorure de sodium, chlorure de potassium, colorant (rouge de betterave), phosphate de potassium, citrate de sodium, émulsifiant (lécithine de soja, E322), vitamine C, pyrophosphate de fer, édulcorant (acésulfame K, aspartame), sulfate de zinc, niacine, gluconate de cuivre, vitamine E, phosphate de calcium, sulfate de manganèse, antioxydant (E304, E307), acide pantothénique, fluorure de sodium, vitamine B6, vitamine B1, vitamine B2, vitamine A, chlorure de chrome, molybdate de sodium, acide folique, sélénite de sodium, iodure de potassium, biotine, vitamine K, vitamine D, vitamine B12. Contient une source de phénylalanine.

Drink Erdbeere/Drink Fraise

206 kcal / Sachet
206 kcal / sachet

1 Tag = 4 Sachets
1 jour = 4 sachets

8 Sachets à / 8 sachets de **53 g ℮**

Tagesration oder Mahlzeiten
für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale
pour contrôle du poids.

(DE)(AT) Mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln.
(CH) Mit Zucker und Süssungsmitteln. / Avec sucres et édulcorants.

Die Verpackungsdarstellung ist eventuell verkleinert abgebildet.

Stand 11/2014

Nestlé HealthCare Nutrition GmbH
Lyoner Straße 23
60528 Frankfurt

Tel. Produktanfragen: 0800/100 16 35
Tel. Bestellservice: 0800/083 22 44
www.nestlehealthscience.de

NestléHealthScience
NOURISHING PERSONAL HEALTH