

# Optifast® Home

Drink Schokolade



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

**OPTIFAST® home**

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 essenzielle Fettsäuren, aber auch Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, sowie Ballaststoffe in angemessener Menge enthalten.

Der Verlust an Körperperle 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 2,7 – 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 Serviceangebote, die Sie auf Ihrem Weg zum Wunschgewicht unterstützen! Näheres unter [www.optifast-home.de](http://www.optifast-home.de)

**OPTIFAST® home – EINFACH UND FLEXIBEL!**

**Mahlzeiterersatz 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.optifast-home.de](http://www.optifast-home.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, Cappuccino, Himbeere-Kirsche

**Produkte OPTIFAST® home savoureux:**

- Drinks: vanille, café, chocolat, fraise
- Creme: vanille
- Soupes: pomme de terre/poireau, tomate
- Bares: chocolat, cappuccino, framboise-cerise

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 recommandés 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 caloriques est recommandée p.e. 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.optifast-home.de](http://www.optifast-home.de)

**OPTIFAST® home – SIMPLE ET FLEXIBEL!**

**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**  
Remplacer 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.

NestléHealthScience

## OPTIFAST® home

Drink Schokolade/Drink Chocolat

Tagesration oder Mahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung.  
Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale pour contrôle du poids.

**440 g e (8 Sachets à 55 g / 8 sachets de 55 g e)**

**Zubereitung:**  
Den Inhalt eines Sachets in ca. 200 ml kaltes Wasser (Drink, Creme) oder 250 ml bis zu max. 60°C warmes Wasser (Suppe) mit einem Handmixer einrühren oder im Mixer ca. 15-20 sec. gut schüttern, damit es keine Klumpenbildung 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 10267804

NestléHealthScience

**1 Sachet**  
D-60523 Frankfurt  
Verteilt von Nestlé HealthCare Nutrition GmbH  
D-81312 München

**2 Sachet**  
Nestlé Österreich GmbH  
Am Euro-Platz 2  
A-1120 Wien

**3 Sachet**  
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.

**219 kcal / Sachet**  
219 kcal / sachet  
1 Tag = 4 Sachets  
1 jour = 4 sachets  
8 Sachets à 55 g e

Drink Schokolade/Drink Chocolat

Tagesration oder Mahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung.  
Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale pour contrôle du poids.

**8 Sachets à 55 g e**

Mit Zucker und Süßungsmitteln. / Avec sucres et édulcorants.

NestléHealthScience

## OPTIFAST® home

Drink Schokolade/Drink Chocolat

Tagesration oder Mahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung.  
Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale pour contrôle du poids.

**440 g e (8 Sachets à 55 g / 8 sachets de 55 g e)**

**Ersatz von 2 Mahlzeiten zur Gewichtsabnahme**  
Ersatz einer Mahlzeit zur Gewichtskontrolle  
Remplacement d'un repas pour un contrôle du poids

**Hochwertiges Eiweiß zum Erhalt der Muskelmasse**  
Protéine de haute qualité pour préserver la masse musculaire

**Hoher Gehalt an 12 Vitaminen und 9 Mineralstoffen**  
Haute teneur en 12 vitamines et 9 minéraux

Mit Zucker und Süßungsmitteln. / Avec sucres et édulcorants.

**8 Sachets à 55 g e**

8 Sachets à 55 g e

NestléHealthScience

**OPTIFAST® home**

Drink Schokolade/Drink Chocolat

Tagesration oder Mahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung.  
Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale pour contrôle du poids.

**8 Sachets à 55 g e**

Mit Zucker und Süßungsmitteln. / Avec sucres et édulcorants.

NestléHealthScience

## OPTIFAST® home

Drink Schokolade/Drink Chocolat

Tagesration oder Mahlzeiten für eine gewichtskontrollierende Ernährung.  
Substituts de repas ou substituts de la ration journalière totale pour contrôle du poids.

**440 g e (8 Sachets à 55 g / 8 sachets de 55 g e)**

**Nährwertinformationen / Information nutritionnelle**

Durchschnittlicher Gehalt / Teneur moyenne	1 Sachet / 1 sachet	pro 100 g Pulver / poudre	pro 55 g pro 55 g	%NVR / %NVR**
<b>Energie</b>	219 kcal	918	918	219
<b>Fett, davon / Lipides, dont</b>	8 g	8,9	4,9	
- gesättigte Fettsäuren / acides gras saturés	8 g	5,4	3,0	
- unges. Fettsäuren / acides gras monoinsaturés	8 g	1,3	0,7	
- mehrl. unges. Fettsäuren / acides gras polyinsaturés	8 g	2,2	1,2	
<b>Lineoläure / acide linoléique</b>	8 g	2,2	1,2	
<b>Kohlenhydrate, davon / Hydrates de carbone, dont</b>	8 g	5,2	2,9	
- Zucker / sucre	8 g	12	6,6	
- Laktose	8 g	8,0	4,4	
<b>Ballaststoffe / Nahrungsfasern / Fibres alimentaires</b>	8 g	5,0	2,8	
<b>Eiweiß / Protéines</b>	8 g	25	14	
<b>Salz / Sel (=Na) (g x 2,5)</b>	8 g	1,0	0,55	
<b>Vitamine und Mineralstoffe / Vitamines et sels minéraux</b>				
A	µg	500	275	14
D	µg	3,7	2,0	41
E	mg	8,0	4,4	37
C	mg	30	17	21
B1	mg	1,1	0,61	55
B2	mg	1,3	0,72	51
Niacin / nicotinic	mg	13	7,2	45
B6	mg	0,80	0,44	31
Folsäure / acide folique	µg	125	69	34
B12	µg	1,1	0,61	24
Biotin / biotine	µg	15	8,3	17
Pantothensäure / acide pantothénique	mg	2,2	1,2	20
Calcium	mg	480	264	33
Phosphor / phosphore	mg	400	220	31
Kalium / potassium	mg	1420	781	39
Eisen / fer	mg	13	7,2	51
Zink / zinc	mg	6,6	3,6	36
Kupfer / cuivre	µg	1,0	0,55	55
Jod / iode	µg	100	55	37
Selen / sélénium	µg	50	28	50
Natrium / sodium	mg	400	220	25
Magnesium / magnésium	mg	95	52	14
Mangan / manganèse	mg	0,90	0,50	14

TI = Tocopheroläquivalente / Tocophérol équivalent  
\* 50% = 1 Sachet \*\* Nährwertangaben basierend auf 100g (Trockenmasse) / Valeurs nutritionnelles de référence (sèche)  
**Zutaten:** Glucose, Maltodextrin, Magnesiumhydroxid, pflanzliche Öle (Kokosöl, Sonnenblumenöl), Lektine (Kakaoerbsen, Kukuruzstroh, Inulin, Weizen), Dextrose, Inulin, Nahrungszucker, Aroma, Emulgator (Glyceroltriacetat, Sorbitol), Acesulfam K, Aspartam, Erythrit, Sorbitol, Vanillin, Calciumphosphat, Zinkoxid, Natrium, Vitamin E, Kupfergluconat, Natriumdihydrogenphosphat (E339), Pantothensäure, Magnesium, Inulin, Vitamin B1, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin A, Folsäure, Kaliumcitrat, Nahrungszucker, Biotin, Vitamin D, Vitamin B2, Inulin, eine Phenylalaninquelle.  
**Inhaltsstoffe:** Sirup de glucose, protéine de blé, lactose, crème de cacao, huile végétale (coco, tournesol), cacao magre en poudre, citrate de potassium, maltose, érythritol, vanilline, citrate de sodium, sucre, édulcorant (sorbitol de glucose, E339, E420), colorants de magnésium, phosphate de potassium, édulcorant lactosé, L-Aspartame, propylène glycol, du vanilline, C, phosphate de calcium, sulfate de zinc, niacine, vitamine E, gluconate de cuivre, antioxydant (E320, E321), acide pantothénique, sulfate de magnésium, vitamine B1, vitamine B6, vitamine B12, vitamine A, acide folique, sésame, polysorbate, stéarate de sodium, biotine, vitamine D, vitamine B2. Contient une source de phénylalanine.



Nestlé HealthCare Nutrition GmbH  
Lyoner Straße 23  
60528 Frankfurt

Tel. Produktanfragen: 0800/100 16 35  
Tel. Bestellservice: 0800/083 22 44  
[www.nestlehealthscience.de](http://www.nestlehealthscience.de)



**NestléHealthScience**  
NOURISHING PERSONAL HEALTH