

Έλεγχος Βάρους



Forever Lite Ultra® Βανίλια και Σοκολάτα

Το Forever Lite Ultra είναι το τέλειο συμπλήρωμα στον υγιεινό τρόπο ζωής της Forever. Περιέχει 55% περισσότερη πρωτεΐνη αλλά και λιγότερο από το 1/2 των υδατανθράκων, που βρίσκονται στο γνωστό Forever Lite. Το Ultra δημιουργήθηκε με βάση τις πρόσφατες εξελίξεις στη διατροφολογία, αλλά και με νέα τεχνολογία, για να σας βοηθήσει να διατηρήσετε έναν υγιεινό τρόπο διατροφής και ζωής.

Δυο μερίδες Forever Lite Ultra σε 280 ml άπαχο γάλα, κάθε μέρα, σας δίνουν το 100% της Συνιστώμενης Ημερήσιας Δόσης (Σ.Η.Δ.) των Βιταμινών και των Μετάλλων που φαίνονται στον πίνακα με τις Διατροφικές Πληροφορίες. Επίσης, το Ultra παρέχει περισσότερα από τα 18 σημαντικά Αμινοξέα, περιλαμβάνοντας απαραίτητα, μη-απαραίτητα, όπως και Αμινοξέα με πλευρική αλυσίδα. Με το Forever Lite Ultra, μπορείτε να είστε σίγουροι ότι απολαμβάνετε τα θετικά αποτελέσματα των πιο σύγχρονων εξελίξεων της επιστήμης της Διατροφολογίας, χωρίς να είστε υποχρεωμένοι να θυσιάσετε την ευχάριστη γεύση.

Με γεύσεις Βανίλιας ή Σοκολάτας, το Forever Lite Ultra είναι ένα αναπόσπαστο μέρος του προγράμματος Διατροφής και Άσκησης της Forever CLEAN & LEAN. Θα σας βοηθήσει να πάρετε τον έλεγχο της υγείας σας και θα σας δείξει το δρόμο για τον αποτελεσματικό έλεγχο του βάρους σας.

ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

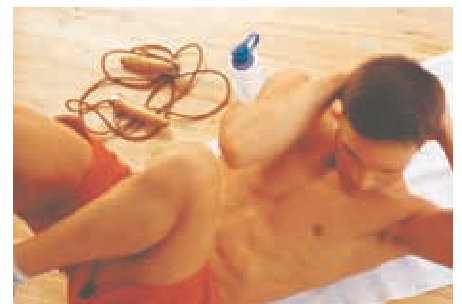
Μείγμα πρωτεϊνών (ορός γάλακτος, απομονωμένη πρωτεΐνη σόγιας, Καζεϊνικό ασβέστιο), Σκόνη Κακάο (μόνο στο Ultra σοκολάτα), Φρουκτόζη, Όξινο Φωσφορικό Ασβέστιο, Φυσικά & Τεχνητά Αρώματα, κυανόφωσ κόμμι, Άλατα Νατρίου του Ορθοφωσφορικού Οξέος, Σογιέλαιο, Φρουκτοολιγοσακχαρίτες, L-ασκορβικό οξύ, οξική D-α-τοκοφερόλη, Σουκραλόζη, D-βιοτίνη, Νικοτιναμίδιο, Λεκθίνη Σόγιας, Οξειδιο του Ψευδαργύρου, Παλμιτική Ρετινόλη, D-παντοθενικό Ασβέστιο, Χλωριούχο Χρώμιο, Χολικαλσιφερόλη, Υδροχλωρική Πυριδοξίνη, Ιωδικό Κάλιο, Μαγιά Μπύρας, Υδροχλωρική Θειαμίνη, Ριβοφλαβίνη, Σπιρουλίνα, Φυλλικό οξύ, Κυανοκοβαλαμίνη, Σεληνικό Νάτριο.
Περιέχει Γάλα και Σόγια.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ

18,5 oz (525 g) – περίπου 21 μερίδες ανά συσκευασία.

ΟΔΗΓΙΕΣ

Αναμειγνύετε ή ανακατεύετε 1 κοφτή μεζούρα σε 295ml αποβουτυρωμένο γάλα (χρησιμοποιήστε τη μεζούρα που περιέχεται στη συσκευασία). Διαφορετικά, απολαύστε το τελευταίου τύπου, χαμηλό σε υδατάνθρακες ρόφημα Forever Lite Ultra, ανακατεύοντας με νερό αντί για γάλα. Ακόμη χαμηλότερο σε υδατάνθρακες αλλά εξίσου γευστικό! Ανακινήστε το κουτί πριν από κάθε χρήση.



- Για έναν τρόπο ζωής με χαμηλή περιεκτικότητα σε υδατάνθρακες
- Δύο ροφήματα παρέχουν το 100% της Συνιστώμενης Ημερήσιας Δόσης σε βιταμίνες και μέταλλα.
- 55% περισσότερες πρωτεΐνες και λιγότερο από το 1/2 των υδατανθράκων που περιέχονται στο απλό Forever Lite.
- Περίπου 21 μερίδες ανά συσκευασία.



ΚΩΔΙΚΟΣ #237
(Βανίλια)
ΚΩΔΙΚΟΣ #266
(Σοκολάτα)

ΔΕΙΤΕ ΤΗΝ ΠΙΣΩ ΣΕΛΙΔΑ ΓΙΑ ΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Τα προϊόντα που αναφέρονται δεν προορίζονται να διαγνώσουν, κατευνάσουν, θεραπεύσουν ή αναστείλουν μια συγκεκριμένη ασθένεια ή μια κατηγορία ασθενειών. Θα πρέπει να συμβουλευτείτε τον οικογενειακό σας γιατρό, εάν αντιμετωπίζετε κάποιο ιατρικό πρόβλημα.

Έλεγχος Βάρους

ΒΑΝΙΛΙΑ

Διατροφικές Πληροφορίες

1 Δόση = 1 Μεζούρα (25g) - Δόσεις Ανά Συσκευασία Προϊόντος = 21
 Ανά δόση Ανά ημερήσια δόση %Σ.Η.Π.*
 (1 μεζούρα σε
 αποβουτυρωμένο γάλα
 [296 ml])†

Θρεπτική Αξία		
Ενέργεια	90 kcal	200 kcal
Πρωτεΐνες	17 g	27 g
Υδατάνθρακες, εκ των οποίων	4 g	19 g
• διατητητικές ίνες	1 g	1 g
• σάκχαρα	2 g	16 g
Λίπη	1 g	1 g

Βιταμίνες/Ανόργανα στοιχεία			
Βιταμίνη Α	2000 IU	2500 IU	100 %
Βιταμίνη C	30 mg	30 mg	67 %
Ασβέστιο	200 mg	550 mg	79 %
Βιταμίνη D	120 IU	200 IU	100 %
Βιταμίνη E	15 IU	15 IU	100 %
Θειαμίνη	0,6 mg	0,75 mg	68 %
Ριβοφλαβίνη	0,255 mg	0,85 mg	53 %
Νιασίνη	10 mg	10 mg	56 %
Βιταμίνη Β6	1 mg	1 mg	67 %
Φυλλικό οξύ	200 µg	200 µg	100 %
Βιταμίνη Β12	1,8 µg	3 µg	214 %
Βιοτίνη	150 µg	150 µg	100 %
Παντοθενικό οξύ	4 mg	5 mg	83 %
Φόσφορος	200 mg	500 mg	91 %
Ιώδιο	52,5 µg	75 µg	58 %
Ψευδάργυρος	6 mg	7,5 mg	75 %
Σελήνιο	35 µg	35 µg	64 %
Χρόμιο	60 µg	60 µg	133 %
Κάλιο	150 mg	570 mg	**
Νάτριο	150 mg	310 mg	**

Προφίλ Αμινοξέων			
L-ισολευκίνη	1038 mg	1698 mg	**
L-λευκίνη	2061 mg	3131 mg	**
L-λυσίνη	1816 mg	2676 mg	**
L-μεθειονίνη	386 mg	546 mg	**
L-φαινυλαλανίνη	620 mg	1150 mg	**
L-θρεονίνη	968 mg	1448 mg	**
L-θρυπιτοφάνη	394 mg	544 mg	**
L-βαλίνη	977 mg	1707 mg	**
L-αλανίνη	874 mg	1254 mg	**
L-αργινίνη	418 mg	818 mg	**
L-ασπαραγινικό οξύ	1061 mg	1891 mg	**
L-κυστίνη	486 mg	586 mg	**
L-γλουταμινικό οξύ	1970 mg	4250 mg	**
Γλυκίνη	305 mg	535 mg	**
L-ιστιδίνη	366 mg	666 mg	**
L-προλίνη	887 mg	1947 mg	**
L-σερίνη	664 mg	1264 mg	**
L-τροσοσίνη	599 mg	1129 mg	**

* % Συνιστώμενης Ημερήσιας Ποσότητας (ΣΗΠ) σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία

** Δεν έχει καθορισθεί νομοθετικά Σ.Η.Π.

† Ένα ποτήρι (295 ml) αποβουτυρωμένο γάλα προσφέρει επιπλέον 110 θερμίδες, 15g υδατάνθρακες (εκ των οποίων 14g σάκχαρα), 10g πρωτεΐνες και 15 mg νάτριο

Ημερήσιες Τιμές Θρεπτικής Αξίας βασισμένες σε δίαιτα 2,000 και 2,500 θερμίδων. Οι δικές σας ημερήσιες τιμές μπορεί να είναι υψηλότερες ή χαμηλότερες ανάλογα με τις θερμιδικές σας ανάγκες:

Θερμίδες		
	2,000	2,500
Συνολικά λίπη, εκ των οποίων	< 65g	< 80g
•κεκορεσμένα	< 20g	< 25g
Χοληστερόλη	< 300mg	< 300mg
Νάτριο	< 2,4g	< 2,4g
Κάλιο	3,5g	3,5g
Συνολικοί υδατάνθρακες, εκ των οποίων	300g	375g
•διατητητικές ίνες	25g	30g
Πρωτεΐνες	50g	65g

ΣΟΚΟΛΑΤΑ

Διατροφικές Πληροφορίες

1 Δόση = 1 Μεζούρα (25g) - Δόσεις Ανά Συσκευασία Προϊόντος = 21
 Ανά δόση Ανά ημερήσια δόση %Σ.Η.Π.*
 (1 μεζούρα σε
 αποβουτυρωμένο γάλα
 [296 ml])†

Θρεπτική Αξία		
Ενέργεια	90 kcal	200 kcal
Πρωτεΐνες	17 g	27 g
Υδατάνθρακες, εκ των οποίων	4 g	19 g
• διατητητικές ίνες	1 g	1 g
• σάκχαρα	2 g	16 g
Λίπη	1 g	1 g

Βιταμίνες/Ανόργανα στοιχεία			
Βιταμίνη Α	2000 IU	2500 IU	100 %
Βιταμίνη C	30 mg	30 mg	67 %
Ασβέστιο	200 mg	550 mg	79 %
Βιταμίνη D	120 IU	200 IU	100 %
Βιταμίνη E	15 IU	15 IU	100 %
Θειαμίνη	0,6 mg	0,75 mg	68 %
Ριβοφλαβίνη	0,255 mg	0,85 mg	53 %
Νιασίνη	10 mg	10 mg	56 %
Βιταμίνη Β6	1 mg	1 mg	67 %
Φυλλικό οξύ	200 µg	200 µg	100 %
Βιταμίνη Β12	1,8 µg	3 µg	214 %
Βιοτίνη	150 µg	150 µg	100 %
Παντοθενικό οξύ	4 mg	5 mg	83 %
Φόσφορος	200 mg	500 mg	91 %
Ιώδιο	52,5 µg	75 µg	58 %
Ψευδάργυρος	6 mg	7,5 mg	75 %
Σελήνιο	35 µg	35 µg	64 %
Χρόμιο	60 µg	60 µg	133 %
Κάλιο	150 mg	570 mg	**
Νάτριο	150 mg	310 mg	**

Προφίλ Αμινοξέων			
L-ισολευκίνη	983 mg	1643 mg	**
L-λευκίνη	1994 mg	3064 mg	**
L-λυσίνη	1772 mg	2632 mg	**
L-μεθειονίνη	373 mg	633 mg	**
L-φαινυλαλανίνη	597 mg	1127 mg	**
L-θρεονίνη	898 mg	1378 mg	**
L-θρυπιτοφάνη	393 mg	543 mg	**
L-βαλίνη	926 mg	1656 mg	**
L-αλανίνη	835 mg	1215 mg	**
L-αργινίνη	401 mg	801 mg	**
L-ασπαραγινικό οξύ	876 mg	1706 mg	**
L-κυστίνη	475 mg	575 mg	**
L-γλουταμινικό οξύ	2075 mg	4355 mg	**
Γλυκίνη	290 mg	495 mg	**
L-ιστιδίνη	354 mg	654 mg	**
L-προλίνη	832 mg	1892 mg	**
L-σερίνη	606 mg	1206 mg	**
L-τροσοσίνη	584 mg	1114 mg	**

* % Συνιστώμενης Ημερήσιας Ποσότητας (ΣΗΠ) σύμφωνα με την ελληνική νομοθεσία

** Δεν έχει καθορισθεί νομοθετικά Σ.Η.Π.

† Ένα ποτήρι (295 ml) αποβουτυρωμένο γάλα προσφέρει επιπλέον 110 θερμίδες, 15g υδατάνθρακες (εκ των οποίων 14g σάκχαρα), 10g πρωτεΐνες και 15 mg νάτριο

Ημερήσιες Τιμές Θρεπτικής Αξίας βασισμένες σε δίαιτα 2,000 και 2,500 θερμίδων. Οι δικές σας ημερήσιες τιμές μπορεί να είναι υψηλότερες ή χαμηλότερες ανάλογα με τις θερμιδικές σας ανάγκες:

Θερμίδες		
	2,000	2,500
Συνολικά λίπη, εκ των οποίων	< 65g	< 80g
•κεκορεσμένα	< 20g	< 25g
Χοληστερόλη	< 300mg	< 300mg
Νάτριο	< 2,4g	< 2,4g
Κάλιο	3,5g	3,5g
Συνολικοί υδατάνθρακες, εκ των οποίων	300g	375g
•διατητητικές ίνες	25g	30g
Πρωτεΐνες	50g	65g