

FOREVER
Portugal

Cód.: 019 - Baunilha



Cód.: 021 - Chocolate



Forever Lite® - Baunilha e Chocolate

Para uma alimentação rápida, ou caso esteja a pensar em perder peso, ganhar músculo ou obter apenas um estímulo energético, o Forever Lite é a solução!

Ao misturar com leite ou com o sumo preferido, o Forever Lite fornece uma fonte rica em vitaminas, minerais, proteínas e hidratos de carbono.

Ricos em proteínas para favorecer o culturismo, crescimento e desenvolvimento muscular, dois batidos diários fornecem 100% da Dose Diária Recomendada (DDR) de vitaminas e minerais. Cada batido contém 18 aminoácidos (incluindo 8 essenciais) e oligoelementos como ferro, selénio, crómio, iodo e fibras solúveis e insolúveis. Para proteger contra os radicais livres, foram adicionados antioxidantes como o Beta Caroteno e as vitaminas A e E, e utilizamos como adoçante o açúcar natural da fruta - frutose, em vez do aspartame ou do açúcar.

Forever Lite está disponível em dois deliciosos sabores - chocolate e baunilha. Misturado com leite magro, leite de soja ou sumo de fruta, o Batido Forever Lite pode ser a forma saudável e saborosa para controlar o seu peso. Se for usado como substituto de uma refeição, deve fazer-se pelo menos uma refeição nutritiva completa, de baixas calorias e que deve incluir fruta fresca, vegetais, cereais e proteína magra.

INGREDIENTES

Mistura Proteica Forever Living (contém Proteína de Soja Isolada, Caseinato de Cálcio e Soro do Leite), Frutose, Cacau*, Celuloses, Alfarroba*, Lecitina de Soja, Fosfato de Cálcio, Óxido de Magnésio, Aromas Naturais e Artificiais, Óleo de Soja, Carragenina, Pectina, Ácido Ascórbico, Fumarato Ferroso, Levedura de Cerveja, Goma Guar, D-Alpha Tocoferol Acetato, Niacinamida, Óxido de Zinco, Pantotenato de Cálcio, Vitamina A Palmitato, Sulfato de Cobre, Bromelaína, Cloridrato de Piridoxina, Riboflavina, Cloridrato de Tiamina, Vitamina D3, Ácido Fólico, Biotina, Iodeto de Potássio, Beta Caroteno, Cromio Levedado com Factor de Tolerância à Glucose (GTF), Selénio Levedado, Espirulina e Cianocobalamina.

Contém Leite e Soja.

* Apenas no sabor a chocolate

CONTEÚDO

525 g - aproximadamente 21 doses por embalagem.

MODO DE USAR

Agitar a embalagem antes de utilizar. Colocar 1 medida (25 g) com cerca de 250 ml de leite magro ou sumo de fruta no liquidificador e misturar.



PONTOS-CHAVE

- Dois batidos fornecem 100% da DDR de vitaminas e minerais
- Substituto de refeição ou snack
- Fornece o equilíbrio perfeito entre proteínas e hidratos de carbono
- Aproximadamente 21 doses por embalagem
- Sem adição de conservantes



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL NO VERSO DA FOLHA.

Sabor Baunilha

Informação Nutricional

Quantidade da Toma - 1 colher (25g)

Tomas por Embalagem - 21

QUANTIDADE POR TOMA	Pó	Com leite magro
Calorias	90	200
Calorias das Gorduras	10	10

		% Dose Diária **		% Dose Diária **
Gorduras Totais 1 g *	2 %	2 %		
Gorduras Saturadas	0 %	0 %		
Colesterol 0 mg	0 %	0 %		
Sódio 160 mg	7 %	13 %		
Potássio 60 mg	2 %	16 %		
Hidratos de Carbono Totais 10 g	3 %	8 %		
Fibras dietéticas 1 g	4 %	4 %		
Açúcares 9 g				
Proteínas 11 g				

Aminoácidos		
Vitamina A	50 %	60 %
Vitamina C	50 %	50 %
Cálcio	20 %	60 %
Ferro	50 %	50 %
Vitamina D	50 %	80 %
Vitamina E	50 %	50 %
Tiamina	50 %	60 %
Riboflavina	50 %	90 %
Niacina	50 %	50 %
Vitamina B6	50 %	50 %
Folatos	50 %	50 %
Vitamina B12	50 %	70 %
Biotina	50 %	50 %
Ácido Pantoténico	50 %	60 %
Fósforo	20 %	50 %
Iodo	50 %	50 %
Magnésio	40 %	50 %
Zinco	50 %	50 %
Cobre	50 %	50 %

Isoleucina	560 mg†	1220 mg†
Leucina	950 mg†	2020 mg†
Lisina	760 mg†	1630 mg†
Metionina	180 mg†	450 mg†
Fenilalanina	600 mg†	1130 mg†
Trionina	440 mg†	930 mg†
Triptofano	150 mg†	300 mg†
Valina	560 mg†	1290 mg†
Alanina	460 mg†	840 mg†
Arginina	790 mg†	1190 mg†
Ácido Aspártico	1290 mg†	2120 mg†
Cistina	130 mg†	230 mg†
Ácido Glutâmico	2390 mg†	4680 mg†
Glicina	450 mg†	680 mg†
Histidina	320 mg†	620 mg†
Prolina	740 mg†	1800 mg†
Serina	590 mg†	1190 mg†
Tirosina	460 mg†	990 mg†

* Quantidade no Pó.

250 ml de leite magro contribuem com um adicional de 110 calorias, 150 mg de sódio, 15 g de hidratos de carbono (14 g de açúcar) e 10 g de proteínas.

† Dose Diária não estabelecida.

** Percentagem da Dose Diária baseada numa dieta de 2000 calorias.

A Dose Diária pode ser maior ou menor dependendo das necessidades calóricas:

	Calorias	2000	2500
Total de Gorduras	Menos de	65 g	80 g
Gordura saturadas	Menos de	20 g	25 g
Colesterol	Menos de	300 mg	300 mg
Sódio	Menos de	2,400 mg	2,400 mg
Potássio		3500 mg	3500 mg
Total Hidratos de Carbono		300 mg	375 mg
Fibras Dietéticas		25 g	30 g
Proteínas		50 g	65 g

Calorias por grama			
Gordura 9	Hidratos de Carbono 4	Proteínas 4	

Sabor Chocolate

Informação Nutricional

Quantidade da Toma - 1 colher (25g)

Tomas por Embalagem - 21

QUANTIDADE POR TOMA	Pó	Com leite magro
Calorias	90	200
Calorias das Gorduras	10	10

		% Dose Diária **		% Dose Diária **
Gorduras Totais 1 g *	2 %	2 %		
Gorduras Saturadas	0 %	0 %		
Colesterol 0 mg	0 %	0 %		
Sódio 150 mg	6 %	12 %		
Potássio 90 mg	3 %	17 %		
Hidratos de Carbono Totais 10 g	3 %	8 %		
Fibras dietéticas 1 g	4 %	4 %		
Açúcares 8 g				
Proteínas 11 g				

Aminoácidos		
Vitamina A	50 %	60 %
Vitamina C	50 %	50 %
Cálcio	20 %	60 %
Ferro	50 %	50 %
Vitamina D	50 %	80 %
Vitamina E	50 %	50 %
Tiamina	50 %	60 %
Riboflavina	50 %	90 %
Niacina	50 %	50 %
Vitamina B6	50 %	50 %
Folatos	50 %	50 %
Vitamina B12	50 %	70 %
Biotina	50 %	50 %
Ácido Pantoténico	50 %	60 %
Fósforo	20 %	50 %
Iodo	50 %	50 %
Magnésio	40 %	50 %
Zinco	50 %	50 %
Cobre	50 %	50 %

Isoleucina	550 mg†	1210 mg†
Leucina	940 mg†	2010 mg†
Lisina	750 mg†	1610 mg†
Metionina	170 mg†	430 mg†
Fenilalanina	600 mg†	1130 mg†
Trionina	430 mg†	910 mg†
Triptofano	150 mg†	300 mg†
Valina	560 mg†	1290 mg†
Alanina	460 mg†	840 mg†
Arginina	790 mg†	1190 mg†
Ácido Aspártico	1270 mg†	2100 mg†
Cistina	130 mg†	230 mg†
Ácido Glutâmico	2370 mg†	4650 mg†
Glicina	450 mg†	680 mg†
Histidina	320 mg†	620 mg†
Prolina	740 mg†	1800 mg†
Serina	590 mg†	1190 mg†
Tirosina	460 mg†	990 mg†

* Quantidade no Pó.

250 ml de leite magro contribuem com um adicional de 110 calorias, 150 mg de sódio, 15 g de hidratos de carbono (14 g de açúcar) e 10 g de proteínas.

† Dose Diária não estabelecida.

** Percentagem da Dose Diária baseada numa dieta de 2000 calorias.

A Dose Diária pode ser maior ou menor dependendo das necessidades calóricas:

	Calorias	2000	2500
Total de Gorduras	Menos de	65 g	80 g
Gordura saturadas	Menos de	20 g	25 g
Colesterol	Menos de	300 mg	300 mg
Sódio	Menos de	2,400 mg	2,400 mg
Potássio		3500 mg	3500 mg
Total Hidratos de Carbono		300 mg	375 mg
Fibras Dietéticas		25 g	30 g
Proteínas		50 g	65 g

Calorias por grama			
Gordura 9	Hidratos de Carbono 4	Proteínas 4	