



LR LIFETAKT

# FIGUACTIVE

## WEIGHT CONTROL SHAKE\*



Tálalási javaslat / Propozycja podania

### LATTE MACCHIATO ÍZŰ / SMAK LATTE MACCIATO

Pörkölt arabica és robusta kávéval /  
Z paloná kawa Arabika i Robusta  
A testsúly csökkentésére és megtartására /  
Do odchudzania oraz kontroli wagi



Táptérték / Wartość odżywcza	100 g porban / w 100 g proszku	% NRV <sup>1</sup> 100 g-ban / % RWS <sup>1</sup> w 100 g	adagonként [= 1 étkezés] <sup>2</sup> / w 1 porcji [= 1 posítek] <sup>3</sup>	% NRV <sup>1</sup> Egy adagban [= 1 étkezés] <sup>2</sup> / % RWS <sup>1</sup> w 1 porcji [= 1 posítek] <sup>3</sup>
Energia / Wartość energetyczna	1617 kJ / 385 kcal		934 kJ / 222 kcal	
Zsír / Tłuszcz	13 g		7,1 g	
- amelyből telített zsírsavak / - w tym kwasy tłuszczowe nasycone	3,2 g		3,2 g	
- amelyből egyszerűen telítetlen zsírsavak / - w tym kwasy tłuszczowe jednonienasycone	2,2 g		1,8 g	
- amelyből többszörösen telítetlen zsírsavak / - w tym kwasy tłuszczowe wielonienasycone	7,1 g		2,1 g	
Szénhidrát / Węglowodany	22 g		18 g	
- amelyből cukrok / w tym cukry	1,2 g		1,2 g	
Rost / Błonnik	9,6 g		2,7 g	
Fehérje / Białko	41 g		20 g	
Só / Sól	1,7 g		0,77 g	
A-vitamin / Witamina A	1300 µg	163	399 µg	50
D-vitamin / Witamina D	7,5 µg	150	3,4 µg	68
E-vitamin / Witamina E	23 mg	195	6,8 mg	57
K-vitamin / Witamina K	95 µg	127	27 µg	36
C-vitamin / Witamina C	76 mg	95	24 mg	30
B1-vitamin / Tiamina	2,2 mg	200	0,72 mg	65
B2-vitamin / Riboflavin	3,0 mg	214	1,3 mg	93
Niacin / Niacyna	30 mg	186	8,6 mg	54
B6-vitamin / Witamina B6	2,7 mg	193	0,88 mg	63
Folsav / Kwas foliowy	402 µg	201	122 µg	61
B12-vitamin / Witamina B12	3,7 µg	148	2,0 µg	80
Biotin / Biotyna	90 µg	180	25 µg	50
Pantoténsav / Kwas pantotenowy	5,7 mg	95	2,5 mg	42
Kálium / Potas	975 mg	49	573 mg	29
Kalcium / Wapń	584 mg	73	463 mg	58
Foszfor / Fosfor	1028 mg	147	512 mg	73
Magnézium / Magnez	314 mg	84	115 mg	31
Vas / Vas / Zelen	30 mg	214	8,6 mg	61
Cink / Cynk	15 mg	153	5,3 mg	53
Réz / Miedz	2,4 mg	240	0,69 mg	69
Mangán / Mangán	2,5 mg	125	0,70 mg	35
Szelen / Selen	104 µg	191	37 µg	67
Jód / Jod	303 µg	202	114 µg	76
Nátrium / Sód	677 mg		307 mg	
Linolsav / Kwas linolowy	6,1 g		1,8 g	

<sup>1</sup> Napi beviteli referencia érték /  
% dñennej referencyjnej wartosci spozycia (RWS)  
<sup>2</sup> Adagonként (=1 étkezés): 28 g + 250 ml zsrizsegény (1,5% zsrizartalmú), laktóztmentes teje. /  
w 1 porcji (= jeden posítek): 28 g proszku + 250 ml niskotúsczewo mekka bez laktózy (1,5 % túsczcu)  
<sup>3</sup> ≤ 1 g / 100 ml elkészített ital /  
≤ 1 g / 100 ml posítuku  
<sup>4</sup> Természetes módon előforduló cukrokat tartalmaz. /  
Zawiera naturalnie występujące cukry

Átlagos energiatartalom 100 ml, zsrizsegény (1,5% zsrizartalmú), laktóztmentes tejejl készült  
fogyasztásra kész italban: 336 kJ (80 kcal) /  
Srednia wartosc energetyczna 100 ml napoju gotowego do spozycia przygotowanego z  
niskotúsczewo mekkiem bez laktózy (1,5 % túsczcu): 336 kJ (80 kcal)

**☞ Latte macchiato ízű italpor édesítésszerekkel.** Testtömeg-szabályozás céljára szolgáló, a napi étrend egy részét helyettesítő ételmiszer\*. Alacsony laktózartalmú<sup>2</sup>, hozzáadott cukrot nem tartalmaz, glutenmentes.

**☞ Napj a proszku o smaku Latte Macchiato, zawiera substancje słodzące.** Srodek spozywczy zastepujacy positek, do kontroli masy ciata<sup>3</sup>. Niska zawartosc laktózy<sup>3</sup>, bez dodatku cukrow<sup>4</sup>, produkt bezglutenowy.

**☞ Összetevők:** Szójafehérje izolátum, kukoricakeményítő, csökkentett laktózartalmú tejsavófehérje koncentrátum, emulgálószor (lecitinek [szóját tartalmaz], szójakörpe, zsrizsegény kakaópor, kávé kivonat por (1,9%), sűrítőanyag (guarum), trikalcium-foszfát, aroma, dikálium-foszfát, magnézium-hidroxid, maltodextrin, konyhasó, édesítőszer (nátrium-ciklamát, nátrium-szacharinát, sukralóz), vas(III)-dífoszfát, L-askorbinsav, D-alfa-tokoferil-acetát, nikotinamid, tehéntejből származó laktoferrin, cink-oxid, antioxidáns (alfa-tokoferol), szójababólaból, kalcium-D-pantotenát, mangán-szulfát, réz(II)-karbonát, piridoxin-hidroklorid, riboflavin, tiámin-mononitrát, retinil-acetát, pteroilmonoglutaminsav, nátrium-jodid, nátrium-szelenit, fillokinon, csomósodást gátló anyag (szilícium-dioxid), D-biotin, kolekalciferol, ciano-kobalamin.

Nyomokban tyuktójasfehérjét tartalmazhat.

**☞ Sktdániki:** Izolat białka sojowego, skrobia kukurydziana, koncentrat białka serwatkowego z obnizoną zawartością laktózy, emulgator (lecytyna, zawiera soję), otęby sojowe, odtúsczewo proszek kakaó, sproszkowany ekstrakt kofeiny (1,9%), substancja zagęszczająca (guma guar), fosforan trójwapniowy, aromat, fosforan dwuwapniowy, wodorotlenek magnezu, maltodekstryna, sól kuchenna, substancja słodząca (cyklamian sodu, sacharynian sodu, sukraloza), dwufosforan zelaza, kwas L-askorbinowy, octan D-alfa-tokoferolu, nikotyamid, laktoferryna z mleka krowiego, tlenek cynku, przeciwtleniacz (alfa-tokoferol), olej sojowy, D-pantotenian wapnia, siarczan manganu, weglan miedzi, chlorowoderek pirydoksyny, ryboflawina, monoazotan tiáminy, octan retinylny, kwas pteroilmonoglutaminowy, jodek sodu, selenian sodu, filochinon, substancja przeciwsztykająca (dwutlenek krzemu), D-biotyna, cholekalciferol, cyjanokobalamina.

Może zawierać śladowe ilości białka jaja kurzego.

**☞ Elkészítés:** Keverjen 3 evőkanálnyit (28 g por) 250 ml zsrizsegény (1,5% zsrizartalmú), laktóztmentes tejebe. Legalább 300 ml-es poharat használjon. Ajánlott shakerben készíteni. Rövid duzzadás után ismét keverje össze és fogyassza reggeli, ebéd vagy vacsora helyett. Elkészítés után azonnal fogyassza el.

**☞ Sposób przygotowania:** 3 łyki stołowe (28 g proszku) wymieszaj w 250 ml niskotúsczewo mekka bez laktózy (1,5 % túsczcu). W tym celu należa przygotować naczynie o pojemności co najmniej 300 ml. Polecamy także korzystanie z shakera. Po krótkim napeczeniu i ponownym wymieszaniu spożywać jako zamiennik śniadania, obiadu lub kolacji. Spożyć od razu po przygotowaniu.

**☞ Figyelmeztetések:** A csökkentett energiatartalmú diéta alatt ügyeljen a megfelelő napi folyadékmenyiség fogyasztására.

Naponta 2-3 liter kalóriamentes folyadék fogyasztása szükséges. Asványz vagy cukrozatlan tea a legmegfelelőbb. A termék csak akkor felelhet meg a rendeltetésének, ha a csökkentett energiatartalmú étrend részét képezi. Fordítson fokozott figyelmet a kiegyensúlyozott, változatos étrendre és az egészséges életmódra. Étrendjében más ételmiszereknek is szerepelniük kell. A termék valamilyen szükséges tápanyagból megfelelő mennyiséget tartalmaz egy étkezéshez. Természetes módon előforduló cukrokat tartalmaz. A fogyasztásra kész ital laktóztmentes tejből származó cukrot tartalmaz. Tartsa be a helyes elkészítésre vonatkozó utasításokat.

**☞ Wskazówka:** W ramach niskokalorycznej diety należy koniecznie zwracać uwagę na przyjmowanie odpowiedniej ilości płynów. W ciągu doby należy wypijać 2-3 litrów bezkalorycznych płynów, najlepiej wody mineralnej lub niesłodzonej herbaty. Produkt prowadzi do zamierzonych efektów tylko jako element niskokalorycznej diety. Należy koniecznie zwracać uwagę na zbilansowaną i zróżnicowaną dietę oraz zdrowy tryb życia. Produkt ten stanowi tylko część diety o ograniczonej ilości energii. Inne środki spożywcze są niezbędna częścią takiej diety. Posítek zawiera wszystkie niezbędne sktdániki odżywcze w wystarczającej ilości. Zawiera naturalnie występujące cukry. Przyrzadzony posítek zawiera cukier z mleka bez laktózy. Należy przestrzegać wskazówek dotyczących przygotowania.

Przed użyciem wstrząsnąć. Poziom napehnienia uwarunkowany technicznie. Przechowywać w suchym i chłodnym miejscu. Po otwarciu szybko zużyć.

**☞ \* A testsúly megtartása:** A csökkentett energiatartalmú étrend napi egy főétkezésének étkezés helyettesítő ételmiszerral való helyettesítése hozzájárul az elért testtömeg megtartásához a fogyasztás követően. **Testsúlycsökkentés:** A csökkentett energiatartalmú étrend napi két főétkezésének étkezés helyettesítő ételmiszerral való pótlása hozzájárul a fogyáshoz. A várt hatás elérése érdekében naponta egy vagy két főétkezés kell. helyettesíteni.

**☞ \* Utrzymanie wagi:** zastąpienie jednego posítuku dziennie w diecie niskokalorycznej zamiennikiem posítuku pomaga w utrzymaniu masy ciata po utracie wagi. **Kontrola wagi:** zastąpienie dwóch posítuków dziennie w diecie niskokalorycznej zamiennikami posítuku pomaga w utracie wagi. Aby osiągnąć podane działanie, należy zastąpić produktem jeden bądź dwa posítuki w ciągu dnia.

## Tartalom: / Zawartość: e 450 g / 16 adag / Porcji

Minőségét megőrzi a jelzett hónap végéig / Tételazonosító: lásd a doboz alján  
Najlepiej spożyć przed końcem: / Numer partii: na spodzie opakowania

Németországban készült / Wyprodukowano w Niemczech  
Health & Beauty Systems GmbH  
59215 Ahlen, Németország / Niemcy  
www.LRworld.com

Forgalmazó:  
LR Health & Beauty Systems Fkt.  
Ady E. út 42-44  
1191 Budapest, Magyarország

Dystrybutor na terenie Polski:  
LR Health & Beauty Systems Sp. z o.o.  
ul. Hutnicza 6  
40-241 Katowice, Polska

66915