



LR LIFETAKT

# FIGUACTIVE

## WEIGHT CONTROL SHAKE\*

Tálalási javaslat / Propozycja podania



### VANÍLIA ÍZŰ / SMAK WANILIOWY

vaníliaaromával  
Z aromatem waniliowym /  
A testsúly csökkentésére és megtartására  
Do odchudzenia oraz kontroli wagi



☞ **Vanília ízű italpor édesítőszerekkel.** Testtömeg-szabályozás céljára szolgáló, a napi étrend egy részét helyettesítő élelmiszer\*. Alacsony laktóz tartalmú<sup>1</sup>, hozzáadott cukrot nem tartalmaz<sup>2</sup>, gluténmentes.

☞ **Napjőw proszku o smaku waniliowym, zawiera substancje słodzące.** Środek spożywczy zastępujący posiłek, do kontroli masy ciała\*. Niska zawartość laktozy<sup>3</sup>, bez dodatków cukrow<sup>4</sup>, produkt bezglutenowy.

☞ **Összetevők:** Szójafehérje izolátum, kukoricakeményítő, szójakorpa (12,93 %), emulgeálószer (lecitinek [szója<sup>5</sup> tartalmaz]), csökkentett laktóztartalmú tejsavfehérje koncentrátum, kollagén hidrolizátum, aroma, sűrítőanyag (guar gum), trikálcium-foszfát, dikálium-foszfát, magnézium-hidroxid, maltodektrin, édesítőszer (nátrium-ciklamát, nátrium-szacharinát, szukralóz), konyhasó, vas(III)-difoszfát, L-askorbinsav, D-alfa-tokoferil-acetát, nikotinamid, cink-oxid, tehéntej<sup>6</sup>ből származó laktoferrin, antioxidáns (alfa-tokoferol), **szójából**, kalcium-D-pantoténát, mangán-szulfát, réz(II)-karbonát, piridoxin-hidroklorid, riboflavin, tiamin-mononitrát, szineek (béta-karotin), retinil-acetát, pterilomonoglutaminsav, nátrium-jodid, nátrium-szelenit, fillokinon, csomósodást gátló anyag (szilícium-dioxid), D-biotin, kolekalciferol, ciano-kobalamin. Nyomokban tyúktojásfehérjét tartalmazhat.

☞ **Skladniki:** Izolat białka sojowego, skrobia kukurydziana, otręby sojowe (12,93 %), emulgator (lecytyna, zawiera soję), koncentrat białka serwatkowego z obniżoną zawartością laktozy, hydrolizat kolagenowy, aromat, substancja zagęszczająca (guma guar), fosforan trójwapniowy, fosforan dwuwapniowy, wodortlenek magnezu, maltodekstryna, substancje słodzące (cyklamianin sodu, sacharynian sodu, sukraloza), sól kuchenna, dwufosforan żelaza, kwas L-askorbinowy, octan D-alfa-tokoferylu, nikotynamid, tlenek cynku, laktoferyna z mleka krowiego, przeciwutleniacz (alfa-tokoferol), olej sojowy, D-pantotenian wapnia, siarczan manganu, węgeln miedzi, chlorowoderek pirydoksyny, ryboflawina, monoazotan tiaminy, barwnik (beta karoten), octan retinylu, kwas pterilomonoglutaminowy, jodek sodu, selenian sodu, filochinon, substancja przeciwzbrylająca (dwutlenek krzemu), D-biotyna, cholekalciferol, cyjanokobalamina.

Może zawierać śladowe ilości białka jaja kurzego.

☞ **Elkészítés:** Keverjen 3 evőkanálnyit (28 g por) 250 ml zsírszegény (1,5% zsírtartalmú), laktózmentes tejsbe. 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 łyżki stołowe (28 g proszku) wymieszaj w 250 ml niskotłuszczowego mleka bez laktozy (1,5 % tłuszczu). W tym celu należy 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 folyadékmenyiségre fogyasztására. Naponta 2-3 liter kalóriamentes folyadék fogyasztása szükséges. Ásványvíz vagy cukrozatlan tea a legmegfelelőbb. A termék csak akkor felelhet meg a rendeltetésének, ha a csökkentett energiatartalmú étrend része képezi. Fordítson fokozott figyelmet a kiegyensúlyozott, változatos étrendre és az egészséges életmódra. Étrendjében más élelmiszereknek is szerepelniük kell. A termék valamilyen szükséges tápanyagból megfelelő mennyiséget tartalmaz egy étkezéshez. Természetes módon előforduló cukrokot tartalmaz. A fogyasztásra kész ital laktózmentes tejből származó cukrot tartalmaz. Tartsa be a helyes elkészítésre vonatkozó utasításokat. Használat előtt rázza fel a dobozt. A töltésterfogat technika okok miatt eltérő lehet. Hüvös, száraz helyen tárolandó. Felbontás után rövid időn belül fogyassza el.

☞ **Wskazówki:** 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 śniadki spożywcze są niezbędne do osiągnięcia takiej diety. Posiłek zawiera wszystkie niezbędne składniki odżywcze w wystarczającej ilości. Zawiera naturalnie występujące cukry. Przygotowany posiłek zawiera cukier z mleka bez laktozy. Należy przestrzegać wskazówek dotyczących przygotowania.

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

☞ **\* A testsúly megtartása:** A csökkentett energiatartalmú étrend napi egy főétkezésének étkezés-helyettesítő élelmiszerré való helyettesítése hozzájárul az elért testtömeg megtartásához a fogyasztás követően. **Testsúlycsökkentés:** A csökkentett energiatartalmú étrend napi két főétkezésének étkezés-helyettesítő élelmiszerré való pótlása hozzájárul a fogyáshoz.

A várható hatás elérése érdekében naponta egy vagy két főétkezést kell helyettesíteni.

☞ **\* Utrzymanie wagi:** zastąpienie jednego posiłku dziennie w diecie niskokalorycznej zamiennikiem posiłku pomaga w utrzymaniu masy ciała po utracie wagi. **Kontrola wagi:** zastąpienie dwóch posiłków dziennie w diecie niskokalorycznej zamiennikami posiłku pomaga w utracie wagi. Aby osiągnąć podane działanie, należy zastąpić produktem jeden bądź dwa posiłki 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 Kft.  
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

66879

Tápérték / Wartość odżywcza	100 g porban / w 100 g proszku	% NRV <sup>1</sup> 100 g-ban / % RWS <sup>1</sup> w 100 g	adagonként <sup>2</sup> (= 1 étkezés <sup>3</sup> / w 1 porcji <sup>3</sup> = 1 posilek <sup>3</sup> )	% NRV <sup>1</sup> Egy adagban (= 1 étkezés <sup>3</sup> / % RWS <sup>1</sup> w 1 porcji <sup>3</sup> = 1 posilek <sup>3</sup> )
Energia / Wartość energetyczna	1642 kJ / 391 kcal		941 kJ / 223 kcal	
Zsír / Tłuszcz	13 g		7,0 g	
- amelyből telített zsírsavak / w tym kwasy tłuszczowe nasycone	3,0 g		3,1 g	
- amelyből egyszerűen telítetlen zsírsavak / w tym kwasy tłuszczowe jednonienasycone	2,2 g		1,7 g	
- amelyből többszörösen telítetlen zsírsavak / w tym kwasy tłuszczowe wielonienasycone	7,2 g		2,2 g	
Szénhidrát / Węglowodany	24 g		19 g	
- amelyből cukrok / w tym cukry	2,7 g		13 g	
Rost / Błonnik	9,8 g		2,8 g	
Fehérje / Białko	41 g		20 g	
Só / Sól	1,6 g		0,74 g	
A-vitamin / Witamina A	1701 µg	213	511 µg	64
D-vitamin / Witamina D	8,0 µg	160	3,5 µg	70
E-vitamin / Witamina E	25 mg	208	7,3 mg	61
K-vitamin / Witamina K	97 µg	129	27 µg	36
C-vitamin / Witamina C	79 mg	99	25 mg	31
B1-vitamin / Tiamina	2,3 mg	209	0,75 mg	68
B2-vitamin / Riboflawina	3,1 mg	221	1,4 mg	100
Niacin / Niacyna	32 mg	200	9,0 mg	56
B6-vitamin / Witamina B6	2,8 mg	200	0,91 mg	65
Folsav / Kwas foliowy	419 µg	210	127 µg	64
B12-vitamin / Witamina B12	3,6 µg	144	2,0 µg	80
Biotin / Biotyna	93 µg	186	26 µg	52
Pantoténsav / Kwas pantoténowy	5,9 mg	98	2,5 mg	42
Kálium / Potas	864 mg	43	541 mg	27
Kalcium / Wapń	622 mg	78	474 mg	59
Foszfor / Fosfor	1015 mg	145	509 mg	73
Magnézium / Magnez	314 mg	84	115 mg	31
Vas / Żelazo	42 mg	300	12 mg	86
Cink / Cynk	16 mg	160	5,5 mg	55
Réz / Miedź	2,4 mg	240	0,68 mg	68
Mangán / Mangan	2,4 mg	120	0,68 mg	34
Szelen / Selen	110 µg	200	38 µg	65
Jód / Jod	313 µg	209	117 µg	78
Nátrium / Sód	639 mg		296 mg	
Linolsav / Kwas linolowy	6,2 g		1,8 g	

<sup>1</sup> Napi beviteli referencia érték /

% (daily reference value) of the nutrient (RWS)

<sup>2</sup> Adagonként (=1 étkezés): 28 g + 250 ml zsírszegény (1,5% zsírtartalmú), laktózmentes tej /

w 1 porcji (= jeden posilek): 28 g proszku + 250 ml niskotłuszczowego mleka bez laktozy (1,5 % tłuszczu)

<sup>3</sup> ≤ 1 g / 100 ml elkészített ital /

≤ 1 g / 100 ml posiłku

<sup>4</sup> Természetes módon előforduló cukrokot tartalmaz /

Zawiera naturalnie występujące cukry

Átlagos energiatartalom 100 ml, zsírszegény (1,5% zsírtartalmú), laktózmentes tejjel készült fogyasztásra kész italban: 338 kJ (80 kcal) /

Srednia wartość energetyczna 100 ml napoju gotowego do spożycia przygotowanego z niskotłuszczowym mlekiem bez laktozy (1,5 % tłuszczu): 338 kJ (80 kcal).