

# SHAKE F1 FREE FROM



## Ingredienser:

Erteprotein (43,5 %), fructose, safiorolje, inulin, fortykningsmiddel (guarkjerneremel, xanthangummi, karragenan, pektin), kalsiumsitrat, kaliumfosfat, aroma, fyllemiddel (mikrokrystallinsk cellulose), maiskii, emulgator (solsikke lecithin), L-methionine, rapsolje, magnesiumoksid, natriumklorid, L-askorbinsyre, beta-karoten, DL-alfa-tokoferylacetat, blåbær juice pulver, granateple juice pulver, søtningsstoff (sukralose), jern(II)fumarat, nikotinamid, persille pulver, papaya pulver, sinkoksid, kalsium-D-pantotenat, mangankarbonat, kobbersitrat, cyanokobalamin, kolekalsiferol, pyridoksinhydroklorid, riboflavin, tiaminhydroklorid, pteroylmonogluataminsyre, kaliumjodid, natriumselenitt, D-biotin.

Se produktetikett for oppdatert ingrediensoversikt og næringsverdi.

## Næringsverdi Porsjon: 26 g. Porsjoner per boks: 21

	Pr. 100 g	Pr. døgndose med soyamelk	Pr. døgndose med lettmelk (1,5 % fett)	% RV**
Energi	356 kcal (1500 kJ)	456 kcal (1916 kJ)	434 kcal (1810 kJ)	-
Protein	36,7 g	35,6 g	36,0 g	-
Karbohydrat	27,2 g	43,8 g	39 g	-
hvorav: sukkerarter	25,6 g	35,4 g	38,2 g	-
Fett	7,52 g	13,4 g	12,14 g	-
hvorav: mettet fett	1,58 g	2,14 g	5,5 g	-
enumettet fett	1,30 g	3,14 g	2,8 g	-
flerumettet fett	4,64 g	7,96 g	2,62 g	-
linolsyre	4,58 g	7,58 g	2,52 g	-
Fiber	11,9 g	7,38 g	6,2 g	-
Natrium	0,99 g	0,54 g	0,76 g	-
<b>VITAMINER</b>				
Vitamin A	962 µg	500 µg	570 µg	72 %
Vitamin D	5,77 µg	3,00 µg	3,14 µg	62 %
Vitamin E	13,9 mg	7,2 mg	7,4 mg	62 %
Vitamin C	92,3 mg	48,0 mg	56,8 mg	70 %
Vitamin B1	1,27 mg	1,28 mg	0,86 mg	78 %
Vitamin B2	1,62 mg	1,06 mg	1,76 mg	126 %
Niasin	20,8 mg	12,0 mg	11,2 mg	70 %
Vitamin B6	1,78 mg	1,24 mg	1,16 mg	84 %
Folinsyre	231 µg	126 µg	144 µg	72 %
Vitamin B12	2,88 µg	1,50 µg	3,66 µg	146 %
Biotin	38,5 µg	20 µg	38 µg	76 %
Pantothensyre	6,19 mg	3,62 mg	5,02 mg	84 %
<b>MINERALER</b>				
Kalsium	894 mg	482 mg	1074 mg	132 %
Jern	18,5 mg	13,8 mg	9,8 mg	70 %
Fosfor	1048 mg	544 mg	1012 mg	144 %
Magnesium	199 mg	248 mg	166 mg	44 %
Sink	11,0 mg	7,8 mg	7,6 mg	76 %
Jod	179 µg	94 µg	110 µg	73 %
Kalium	1601 mg	1630 mg	1816 mg	82 %
Kobber	1,27 mg	0,72 mg	1,18 mg	72 %
Selen	70 µg	36 µg	36 µg	66 %
Mangan	1,92 mg	1,02 mg	2,04 mg	52 %

\*\* RV = referanseverdier

Dette produktet oppfyller kravene til sammensetning av måltidsstatninger

## Baseernæring

**F1 Free From – uten gluten, laktose eller soya – slik at du også kan nyte godt av Herbalifes mest populære produktserie. Gir en ypperlig balanse av høykvalitets erteprotein, essensielle mikronæringsstoffer og tilsatte plante- og urtestoffer.**

### VIKTIGE FORDELER

- Måltidsretter nummer 1 i verden.\* F1-shaker har hjulpet folk over hele verden med å nå sine vektkontrollmål. Nå dine i dag!
- Støttet av vitenskapen: Kliniske studier viser at daglig bruk av måltidsrettende shaker som en del av et kalorikontrollert kosthold effektivt kan kontrollere vekt sammen med moderat trening.
- Kalorikontrollert: 228 kcal per porsjon (når den tilberedes med 250 soyamelk.)

- Inneholder blåbær og granateple.
- En shake F1 Free From, som er rask å blande sammen, er et praktisk næringsrikt alternativ til frokost, lunsj eller middag med høyt kaloriinnhold.

### HVORDAN KAN DET HJELPE DEG?

Når du vil tape eller kontrollere vekt, er det viktig å ha et næringsmessig balansert kosthold. Et næringsrikt måltid som Formula 1-shake Free From hjelper deg med å kontrollere kaloriinntaket samtidig som det gir essensielle vitaminer og mineraler, med karbohydrat og protein.

### BRUK

- Bland en soya- og glutenfri shake: Bland 2 spiseskjeer (26 g) pulver med 250 ml lett kumelk.
- Bland en laktose- og glutenfri shake: Bland 2 spiseskjeer (26 g) pulver med 250 ml soyamelk.



### PRØV OGSÅ

Formula 2 Multivitamin Complex, ditt daglige multivitamintilskudd med over 15 vitaminer og mineraler hjelper deg med å nå ditt ADI.

Din Selvstendige Herbalife-distributør:

\* 33 % andel globalt innen vektkontrollkategorien. Euromonitor 2012.