

preparado para

Batido de Café

Controle o seu peso com uma nutrição equilibrada e sinta-se no seu melhor

Suplemento alimentar

FORMA+

FORMA+

em FORMA 365 dias

Suplemento alimentar

Como preparar o Batido de Café FORMA+? Misturar 50 g de preparado para batido com 250 ml de água, num shaker ou liquidificador. Pode também ser preparado com bebida vegetal ou leite magro.

1 batido = 1 refeição equilibrada

• Comece o dia com toda a energia

Um pequeno-almoço nutricionalmente equilibrado, com vitaminas do complexo B que contribuem para a manutenção da energia ao longo do dia e minerais como o selénio, zinco e cobre que participam na proteção celular.

• Reforce o desempenho e eleve a sua performance física

Os Batidos FORMA+ são formulados com vitamina C, que contribui para o normal funcionamento do sistema imunitário durante e após exercício físico intenso. Contêm magnésio e vitamina D que participam no normal funcionamento muscular, e cálcio, necessário para a manutenção de ossos normais.

• Ingira quantidades de proteína suficiente

Ajuste o consumo de proteína às suas necessidades. Com os Batidos FORMA+ obtém proteína de qualidade, contribuindo para a manutenção e crescimento da massa muscular.

• Uma refeição completa e equilibrada

Com um alto teor em proteína e fibra, baixo teor de gordura, com 13 vitaminas e 11 minerais, é uma ótima solução para momentos em que não tem tempo para preparar uma refeição.

Este produto deve ser tomado no âmbito de uma vida saudável e ativa, combinando uma alimentação equilibrada com a prática de exercício físico regular. É importante manter uma ingestão adequada de líquidos.

Experimente os outros deliciosos sabores: **Morango, Baunilha e Chocolate.**

Lote/Consumir de preferência antes do fim de: (ver embalagem)



ESTAMOS CONSIGO 365 DIAS
263 659 453
consumidor@ignoramus.pt
www.ignoramus.pt



Refeição equilibrada

preparado para

Batido de Café

13 Vitaminas e 11 Minerais

enriquecido com **Café Verde e Inositol**

14 DOSES

700 g

Alto teor em proteína
12 g*

Alto teor em fibra
18 g*

Baixo teor de gordura

*por dose (50 g)

205 kcal*

Plano em FORMA 365 dias

Contate-nos e saiba mais sobre o

CRESCIMENTO E MANUTENÇÃO DA MASSA MUSCULAR

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL			
Valores médios por	100 g	dose (50 g)*	%VRN**
Energia	1719 kJ/409 kcal	860 kJ/205 kcal	10
Lípidos	0,5 g	0,3 g	0,4
dos quais saturados	0,2 g	0,1 g	0,5
Hidratos de carbono	59 g	29,5 g	11,4
dos quais açúcares	46,5 g	23,3 g	26
Fibra	36 g	18 g	—
Proteínas	24 g	12 g	24
Sal	0,2 g	0,1 g	1,7
Vitaminas			
Vitamina C	118 mg	59 mg	73
Vitamina E	24 mg	12 mg	99
Vitamina B3	19 mg	10 mg	60
Vitamina B2	2 mg	1 mg	66
Vitamina B6	2 mg	1 mg	61
Vitamina B1	1,4 mg	0,7 mg	64
Vitamina A	1052 µg	526 µg	66
Ácido Fólico	387 µg	193 µg	97
Vitamina K	107 µg	54 µg	71
Biotina	76 µg	38 µg	76
Vitamina B5	10 µg	5 µg	83
Vitamina D3	10 µg	5 µg	99
Vitamina B12	3,4 µg	1,7 µg	68
Minerais			
Potássio	1118 mg	559 mg	28
Cálcio	452 mg	226 mg	28
Fósforo	205 mg	103 mg	15
Magnésio	141 mg	70,5 mg	19
Ferro	19 mg	9,5 mg	66
Zinco	12 mg	6 mg	62
Manganês	3 mg	1,5 mg	65
Cobre	1,4 mg	0,7 mg	70
Selénio	96 µg	48 µg	87
Crómio	52 µg	26 µg	65
todo	300 µg	150 µg	100
Café verde extrato	100 mg	50 mg	—
Inositol	68 mg	34 mg	—

Ingredientes: Leite magro em pó; frutose; proteínas lácteas (leite); fruto-oligosacáridos (fibra de chicória); maltodextrina; café instantâneo; fibra de bambu (caule) (*Bambusa bambos* (L.) Voss); espessante: goma xantana; carbonato de magnésio; citrato de potássio; extrato de café verde (grão) (*Coffea arabica* L.); complexo vitamínico e mineral; edulcorante: sucralose; aroma natural de capuccino.

Ingredientes não geneticamente modificados.

Contém edulcorante.

Para alergénios ver ingredientes realçados a negrito. Pode conter vestígios de glúten e soja.

Recomendações: Substituir apenas uma refeição por dia (pequeno-almoço, almoço ou jantar). Este produto pode também ser utilizado como suplemento para aumento de peso. É importante um regime alimentar equilibrado e um modo de vida saudável. A segurança do uso deste produto em caso de gravidez, aleitamento, problemas renais, hepáticos e cardiovasculares ou diabetes não foi determinada, pelo que não se recomenda a sua utilização nestas situações sem o devido acompanhamento médico. O produto não deve ser utilizado em caso de hipersensibilidade, alergia e quando estejam descritas interações de outro produto com qualquer um dos constituintes da formulação. Manter fora do alcance e da visão das crianças.

Conservar em local fresco e seco, ao abrigo da luz. Depois de aberto, manter a embalagem bem fechada.

Contém aproximadamente 14 doses de 50 g.

**%VRN: % Valor de Referência do Nutriente.

*Valores médios por dose (50 g) de batido preparado com água.



5 604321 027543

Fabricado para: IGNORAMUS – Produtos Naturais, Lda. • Zona Industrial da Murteira, lote 6 • 2135-311 Samora Correia