

preparado para

# Batido de Baunilha

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 Baunilha 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, Chocolate e Café.**

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

Contacte-nos e saiba mais sobre o



## Refeição equilibrada

preparado para

# Batido Baunilha

## 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  
16 g\*

Baixo teor de gordura

\*por dose (50 g)

208 kcal\*

Plano em FORMA 365 dias

## CRESCIMENTO E MANUTENÇÃO DA MASSA MUSCULAR

DECLARAÇÃO NUTRICIONAL			
Valores médios por	100 g	dose (50 g)*	%VRN**
Energia	1751 kJ/416 kcal	876 kJ/208 kcal	10,4
Lípidos	1,8 g	0,9 g	1,3
dos quais saturados	1,2 g	0,6 g	3
Hidratos de carbono	59 g	29,5 g	11,4
dos quais açúcares	43 g	21,5 g	24
Fibra	32 g	16 g	—
Proteínas	25 g	12,5 g	25
Sal	0,4 g	0,2 g	3,3
<b>Vitaminas</b>			
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	89
Vitamina D3	10 µg	5 µg	93
Vitamina B12	3,4 µg	1,7 µg	68
<b>Minerais</b>			
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
Iodo	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-oligossacáridos (fibra de chicória); maltodextrina; 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; corante: betacaroteno; aroma natural de baunilha.

Ingredientes não geneticamente modificados.

Contém edulcorante.

Para alergénios ver ingredientes realçados a negro. 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 da Nutriente.

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



ESTAMOS CONSIGO 365 DIAS

263 659 453

consumidor@ignoramus.pt

www.ignoramus.pt