

**وجبة بديلة للتحكم بالوزن،
مشقوق شراب فانيليا وحليب (مليك شيك) بالإضافة إلى سكريات ومحلي.**

المكونات: بروتين فول الصويا المعزول، السكر (من شمندر السكر)، فركتولوجوساكاريدس، مستحلب (البيسيتين الصويا)، مكثف (صمغ عربي)، فركتوز ودكستروز (من العنب)، مكثف (صمغ الفار)، منكهات طبيعية، مسحوق الكرز، مسحوق الرمان، مسحوق القرع، قطفقة، دخن، كينوا، بروكلي مربع، برسيم مربع، فجل مربع، نخالة الأرز، مسحوق التفاح، سيبرولينا، مسحوق الحمص، بروتين الأرز، بروتين البازلاء المعزول، بروتين البازلاء، مسحوق الفانيليا (0.01%)، الألياف حمضية، زيت دوار الشمس، فيتامين أ، فيتامين د، فيتامين هـ، النياسين، الثيامين، ريبوفلافين، فيتامين ب₆، حمض الفوليك، بيوتين، حمض البانتوثنيك، فيتامين ك، بوتاسيوم، حديد، زنك، يود، نحاس، مغنيسيوم، منغنيز، سيلينيوم، عامل مضاد للتكتل (ثاني أكسيد السليكون)، ملح، مادة محلية (جليكوسيدات ستيفول، مكثف (صمغ الزانتان)).

480 غرام لكل كيس (15 حصة)

مقدار الاستهلاك الموصى به: استبدل وجبتين كحد أقصى كل يوم مع حصة واحدة لكل منهما.

التحضير: خلط ملعقة واحدة (32 غرام) من المسحوق إلى 250 مليلتر من الحليب الخالي الدسم (0.1% دهون) وحرك باستخدام شوكة أو فخاعة أو التحضير في الخلاط. ويمكن أيضاً مزج الخليط مع رغوة الحليب أو الخلاط اليدوي. انتظر لمدة دقيقة واحدة قبل الشرب. إن إضافة 2-3 مكعبات الثلج يجعل طعم كومبليت أكثر دسماً. من المهم أن تتبع هذه التعليمات عند إعداد شراب كومبليت.

ملاحظة: يوفر كومبليت العناصر الغذائية المتواجدة في وجبة متكاملة ويوفر مزيداً متوازناً من الشويات (الكاربوهيدرات) والبروتين والدهون ويحتوي أيضاً على كمية مفيدة من الألياف والمغذيات الدقيقة مثل الفيتامينات والمعادن. كما أن البروتينات النباتية ذات قيمة حيوية عالية.

يستعمل كومبليت كجزء من نظام غذائي ذي سعرات حرارية مضبوطة. يتعين إضافة أطعمة أخرى إلى هذا النظام الغذائي. من المهم شرب كمية كافية من الماء عند استعمال كومبليت. لا يعتبر هذا المنتج بديلاً عن أي نظام غذائي متوازن ومتنوع ضمن نمط العيش بأسلوب صحي.

تم التصنيع في سويسرا لصالح:

هيلثي ستارتس لتجارة المكملات الغذائية ذ.م.م

بنابة آيرس باي، الطابق السابع، الوحدة 713، الخليج التجاري، دبي الإمارات العربية المتحدة

المصنعة من قبل ناي إس إيه،

سترو جاليريا، عبر كانتونال، مانو سي اتش 6928، سويسرا

معلومات غذائية: RI %	كل 100 غرام	لكل حصة
	مسحوق	(محصرة)*
الطاقة	1469 كيلو جول	881 كيلو جول
	350 سعرة حرارية	209 سعرة حرارية
الدهون	7.3 غرام	2.5 غرام
منها دهون مشبعة	1.8 غرام	0.7 غرام
دهون غير مشبعة	1.1 غرام	0.4 غرام
دهون متحددة غير مشبعة	4.0 غرام	1.3 غرام
كربوهيدرات	31 غرام	22 غرام
منها سكريات	27 غرام	21 غرام
الألياف	16 غرام	5.0 غرام
بروتين	32 غرام	19 غرام
ملح	0.82 غرام	0.61 غرام
فيتامين أ	731 ميكرو غرام	240 ميكرو غرام
فيتامين د	4.7 ميكرو غرام	1.5 ميكرو غرام
فيتامين هـ	13 غرام	4.0 ملليغرام
فيتامين ك	70 ميكرو غرام	23 ميكرو غرام
فيتامين سي	175 غرام	24 ملليغرام
ثيامين	0.94 ملليغرام	0.40 ملليغرام
ريبوفلافين	1.1 ملليغرام	0.80 ملليغرام
نياسين	16 ملليغرام	5.4 ملليغرام
فيتامين ب 6	1.4 ملليغرام	0.58 ملليغرام
حمض الفوليك	303 ميكرو غرام	110 ميكرو غرام
فيتامين ب 12	0.25 ميكرو غرام	0.78 ميكرو غرام
بيوتين	35 ميكرو غرام	15 ميكرو غرام
حمض بونوتوثينيك	5.5 ملليغرام	2.5 ملليغرام
بوتاسيوم	500 ملليغرام	550 ملليغرام
كالمسيوم	110 ملليغرام	320 ملليغرام
فوسفور	274 ملليغرام	340 ملليغرام
مغنيسيوم	238 ملليغرام	113 ملليغرام
حديد	15 ملليغرام	5.2 ملليغرام
زنك	6.1 ملليغرام	3.0 ملليغرام
نحاس	1.0 ملليغرام	0.33 ملليغرام
منغنيز	1.9 ملليغرام	0.60 ملليغرام
سيليونيوم	39 ميكرو غرام	17 ميكرو غرام
يود	122 ميكرو غرام	48.0 ميكرو غرام

* 32 غرام من مسحوق محضر مع 250 مليلتر من الحليب منزوع الدسم (0.1% دسم)
RI % = النسبة المئوية المنصوح بتناولها

يحتفظ في مكان جاف بدرجة حرارة لا تتعدى 24 درجة مئوية.
لا تباغ الأكياس بشكل منفصل.

في خلف الأكياس تاريخ الصلاحية ورقم التصنيع.