



Shake – appel/kers

Dieetgerecht, rijk aan eiwitten – arm aan calorieën, koolhydraten en vetten, verrijkt met actieve plantenextracten, met suiker en zoetstof. Eiwit supplement.



Ingrediënten: Melkeiwitten (emulgator: lecithine), gehydrolyseerde (runder) collageen, polydextrose, cichorei inuline, zuren: appelzuur en citroenzuur en natriumcitraat, smaakstoffen, geconcentreerd artisjok sap in poedervorm, groene koffie zaad extract, rode bietensap in poedervorm, vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B8, B12), maltodextrine, zoetmiddel: sucralose, appel fruit extract, antiklontermiddel: magnesiumcarbonaat,, kleur: betacaroteen.

lignavita[®]
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com

Bereidingswijze:

1. De inhoud van 3 maatlepels in de shaker doen.
2. 200 ml ijskoud water toevoegen.
3. Goed shaken.
5. Plaats enkele minuten in de koelkast en laten rehydrateren

| | | 100g | Per portie (29g) |
|----------------------------|------|------|------------------|
| Energetische waarde | | | |
| | kJ | 1519 | 441 |
| | kcal | 360 | 104 |
| Voedingswaarde | | | |
| Vetten | (g) | 3,7 | 1,1 |
| waarvan verzadigd | (g) | 1,8 | 0,5 |
| Koolhydraten | (g) | 15 | 4,2 |
| waarvan suikers | (g) | 6,0 | 1,7 |
| Voedingsvezels | (g) | 11 | 3,2 |
| Eiwitten | (g) | 62 | 18 |
| Zout | (g) | 1,5 | 0,45 |

| Vitamines | | | | ADH |
|-------------------------------|------|------|------|-----|
| Vitamine A | (µg) | 430 | 125 | 16% |
| Vitamine C | (mg) | 43 | 12 | 16% |
| Vitamine E | (mg) | 6,5 | 1,9 | 16% |
| Vitamine B1 / Thiamine | (mg) | 0,6 | 0,17 | 16% |
| Vitamine B2 / Riboflavine | (mg) | 0,8 | 0,22 | 16% |
| Vitamine B3 / Niacine | (mg) | 8,6 | 2,5 | 16% |
| Vitamine B5 / panthotheenzuur | (mg) | 3,2 | 0,9 | 16% |
| Vitamine B6 | (mg) | 0,8 | 0,22 | 16% |
| Vitamine B8 / Biotine | (µg) | 27 | 7,8 | 16% |
| Vitamine B9 / foliumzuur | (µg) | 108 | 31 | 16% |
| Vitamine B12 | (µg) | 1,34 | 0,4 | 16% |

| Plantenextracten | | 100g | Per portie (29g) |
|-----------------------------|------|------|------------------|
| Coffea Canephora Robusta P. | (mg) | 459 | 133 |
| Cynara scolymus L. | (mg) | 862 | 250 |
| Malus Domestica Borkh | (mg) | 57,6 | 16,7 |
| Chicory inulin | (mg) | 5,4 | 1,58 |



Shake – pomme/cerise

Préparation diététique – riche en protéines, pauvre en calories, glucides et graisses, enrichi avec des extraits actifs de plantes, avec sucres et édulcorants. Préparation protéinée



Ingrédients: Protéines laitières (émulsifiant: lécithine), hydrolysate de collagène (bovine), polydextrose, inuline de chicorée, acides: acide malique et acide citrique et citrate de sodium, aromatisants, concentré de jus d'artichaut en poudre, extrait de graines de café vert, jus de betterave rouge en poudre, vitamines (C, B3, E, B5, B6, B2, B1, A, B9, B8, B12), maltodextrine, édulcorant: sucralose, extrait de fruit de pomme, anti-agglomérant: carbonate de magnésium, couleur: bêta-carotène

lignavita[®]
your shape, your secret ;-)

www.lignavita.com

Mode préparatoire:

1. Vider le contenu de 3 doses dans un shaker.
2. Ajouter 200 ml d'eau.
3. Mélanger fermement.
5. Laisser refroidir au frigo pendant quelques minutes pour réhydrater.

| | | 100g | Par portion (29g) |
|--------------------------------|------|------|-------------------|
| Valeurs energetiques | | | |
| | kJ | 1519 | 441 |
| | kcal | 360 | 104 |
| Valeurs nutritionnelles | | | |
| Matières grasses | (g) | 3,7 | 1,1 |
| dont acides gras saturés | (g) | 1,8 | 0,5 |
| Glucides | (g) | 15 | 4,2 |
| dont sucres | (g) | 6 | 1,7 |
| Fibres alimentaires | (g) | 11 | 3,2 |
| Protéines | (g) | 62 | 18 |
| Sel | (g) | 1,5 | 0,45 |

| Vitamines | | 100g | Par portion (29g) | AJR |
|------------------------------------|------|------|-------------------|-----|
| Vitamine A | (µg) | 430 | 125 | 16% |
| Vitamine C | (mg) | 43 | 12,5 | 16% |
| Vitamine E | (mg) | 6,5 | 1,9 | 16% |
| Vitamine B1 / Thiamine | (mg) | 0,6 | 0,17 | 16% |
| Vitamine B2 / Riboflavine | (mg) | 0,8 | 0,22 | 16% |
| Vitamine B3 / Niacine | (mg) | 8,6 | 2,5 | 16% |
| Vitamine B5 / acide panthothénique | (mg) | 3,2 | 0,94 | 16% |
| Vitamine B6 | (mg) | 0,8 | 0,22 | 16% |
| Vitamine B8 / Biotine | (µg) | 27 | 7,8 | 16% |
| Vitamine B9 / acide folique | (µg) | 108 | 31 | 16% |
| Vitamine B12 | (µg) | 1,34 | 0,39 | 16% |

| Extraits de plantes | | 100g | Par portion (29g) |
|-----------------------------|------|------|-------------------|
| Coffea Canephora Robusta P. | (mg) | 459 | 133 |
| Cynara scolymus L | (mg) | 862 | 250 |
| Malus Domestica Borkh | (mg) | 57,6 | 16,7 |
| Chicory inulin | (mg) | 5,4 | 1,58 |