

Mit der ernährungsphysiologisch ausgewogenen und nach §14a Diätverordnung konzipierten Layenberger Fit + Feelgood Schlank-Diät können Sie schnell und gesund abnehmen. Die hochwertige Zusammensetzung gewährleistet, dass Ihr Körper während der Diät mit allen notwendigen Nährstoffen in ausreichender Menge versorgt wird. Hochwertiges **3-Komponenten-Eiweiß** beugt einem Eiweißmangel während der Diät und dadurch einem unerwünschten Bindegewebe- und Muskelabbau vor. Die **prebiotischen Ballaststoffe** (Inulin und Malsdextrin) haben einen positiven Einfluss auf die Darmflora. Die **probiotischen Kulturen** (*Lactobacillus acidophilus*) unterstützen das natürliche Gleichgewicht der Darmflora und stärken die natürlichen Abwehrkräfte. **L-Carnitin**, eine aminosäureähnliche Substanz, spielt eine wichtige Rolle im Energiehaushalt des Körpers. Es transportiert langkettige Fettsäuren in die Mitochondrien, wo diese in Energie umgewandelt werden und hat damit eine Schlüsselfunktion im Fettstoffwechsel. **Omega-3-Fettsäuren** sind essentielle Fettsäuren und für unseren Körper genauso lebenswichtig wie **Vitamine** und **Mineralstoffe**.

Zutaten: Süßmolkenpulver (30%), Fruktose, Milcheiweiß (10,1%), Maisstärke, Molkenprotein-Konzentrat (7,3%), Sojaprotein-Isolat (7,0%), Sojabl (6,3%), Inulin (3%), Maltodextrin, Malsdextrin (2,5%), Aroma, Magermilch-Joghurtpulver (1,5%), Verdickungsmittel Guarkeimehl und Xanthan, Tri-Kaliumcitrat, Kaliumchlorid, Säuerungsmittel Citronensäure, Himbeerfruchtpulver (0,4%), Cranberryfruchtpulver (0,3%), Johannisbeerfruchtpulver (0,3%), L-Carnitin (0,23%), Magnesiumcarbonat, Süßstoffe (Natriumcyclamat, Saccharin, Sucralose), *Lactobacillus acidophilus* (0,12%), Emulgator Soja-Lecithin, Eisen-(III)-pyrophosphat, L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Zinkoxid, Retinylacetat, Calcium-D-pantothenat, Mangan-(III)-sulfat, Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, Farbstoff Rote Bete (Betanin), Folsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin

LAYENBERGER
PREMIUM PRODUCTS

FIT+ FEELGOOD

Schlank-Diät

- 3-Komponenten-Eiweiß
- prebiotische Ballaststoffe
- probiotische Kulturen
- L-Carnitin
- Omega-3
- Vitamine
- Mineralstoffe

Bei Anwendung als Tagesration
pro Tag nur

810 kcal

ROTE BEEREN JOGHURT Geschmack

Schlank-Diät-Drink mit L-Carnitin. Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung, mit einer Zuckerart und Süßungsmitteln.

Inhalt: 10 Portionen à 43g entsprechen 2 Tagesrationen

auch zu verwenden als Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung (siehe detaillierte Anwendung als Mahlzeitenersatz – hierbei wird der angestrebte Zweck nur in Verbindung mit einer kalorienarmen Ernährung erzielt).

Inhalt e 430g 
Dosierlöffel beiliegend

Zur exakten Dosierung abwiegen empfohlen

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Bodenprägung. Füllhöhe technisch bedingt. Bitte kühl und trocken lagern. Nach dem Öffnen rasch aufbrauchen.

In Deutschland exklusiv hergestellt für:
Zwicky (Deutschland) GmbH
Am Tränkwald 10
D-67688 Rodenbach
www.layenberger.com



Anwendung als Tagesration: Für eine schnelle und effektive Gewichtsreduktion ersetzen Sie für 2-3 Wochen Ihre gesamte Ernährung durch die Layenberger Fit + Feelgood Schlank-Diät. Jeweils 5 Portionen à 43g ergeben eine Tagesration. Die verschiedenen Geschmacksrichtungen sind untereinander kombinierbar und schaffen Abwechslung. Durch dieses Produkt ist sichergestellt, dass während Ihrer Diät keine ernährungsbedingte Unterversorgung auftritt. Soll die Diät länger als 3 Wochen dauern, konsultieren Sie bitte einen Arzt. Auch für Diabetiker zur besonderen Ernährung bei Diabetes mellitus im Rahmen eines Diätplanes geeignet.

Zubereitung als Tagesration: Drei ganz leicht gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) mit 200ml kaltem Wasser in einem Handshaker oder Mixer (ca. 20 Sek.) zubereiten. Den gemixten Drink noch eine Minute ziehen lassen und dann nochmals kurz aufschütteln.

Anwendung als Mahlzeitenersatz: Für eine sanfte Gewichtsreduktion ersetzen Sie täglich 2 Mahlzeiten durch Layenberger Fit + Feelgood. Eine dritte Mahlzeit bereiten Sie sich selbst zu. Achten Sie dabei auf eine fettarme ausgewogene Zusammensetzung (max. 600 kcal.) Zwischendurch dürfen Sie auch noch etwas Obst essen.

Zubereitung als Mahlzeitenersatz: Vier leicht gehäufte Dosierlöffel Pulver (60g) mit 300ml kalter, fettarmer Milch (1,5% Fett) in einem Handshaker oder Mixer (ca. 30 Sek.) zubereiten. Den gemixten Drink noch eine Minute ziehen lassen und dann nochmals kurz aufschütteln.

Hinweise / Tipps: Zur Deckung Ihres Flüssigkeitsbedarfs während einer Diät, sollten Sie täglich zusätzlich mindestens 2-3 Liter Wasser oder ungesüßten Tee trinken. Regelmäßige körperliche Aktivität unterstützt Sie dabei, Gewicht zu verlieren oder aber Ihr Idealgewicht zu halten. Um nach einer Diät langfristig Ihr Wunschgewicht zu halten bzw. den sog. Jo-Jo-Effekt zu vermeiden, empfehlen wir, entweder pro Woche einen Diättag (Anwendung als Tagesration) einzulegen oder aber pro Woche 4 Mahlzeiten (Anwendung als Mahlzeitenersatz) durch Layenberger Fit + Feelgood zu ersetzen.

Nährwertangaben Durchschnittlicher Gehalt	Erniet	in 100g Pulver		pro Portion Tagesration 43g Pulver + 200ml Wasser		pro Mahlzeit 60g Pulver + 300ml Milch (1,5% Fett)	
		kJ	kcal	g	%NDA*	g	%NDA*
Brennwert	kJ	1577	678	1577	1560	1560	
	kcal	377	162	377	373	373	
Eiweiß	g	24,7	10,6	24,9	24,9	24,9	
Kohlenhydrate	g	49,8	21,4	44,3	44,3	44,3	
- davon Zucker	g	39,3	16,9	38,0	38,0	38,0	
- davon Fruktose	g	12,7	5,5	7,6	7,6	7,6	
Fett	g	7,5	3,2	9,3	9,3	9,3	
- davon gesättigte Fettsäuren	g	1,5	0,65	5,3	5,3	5,3	
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren	g	2,0	0,9	1,5	1,5	1,5	
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	4,0	1,7	2,5	2,5	2,5	
- davon Linolensäure (Omega-3-Fettsäure)	g	0,47	0,20	0,28	0,28	0,28	
Ballaststoffe	g	6,2	2,7	3,7	3,7	3,7	
Natrium	g	0,44	0,19	0,41	0,41	0,41	
Calcium	mg	412	177	22	601	75	
Magnesium	mg	100	43,0	14	96,5	32	
Phosphor	mg	354	152	19	485	61	
Kalium	mg	1424	612	1319	1319	1319	
Eisen	mg	9,6	4,1	30	5,9	42	
Zink	mg	6,3	2,7	18	4,9	33	
Mangan	mg	0,71	0,31	0,43	0,43	0,43	
Kupfer	mg	0,86	0,37	0,55	0,55	0,55	
Jod	µg	89,7	38,6	26	63,7	43	
Selen	µg	37,7	16,2	32,5	32,5	32,5	
Vitamin A	µg	562	242	30	377	47	
Vitamin D3	µg	2,3	1,0	20	1,5	30	
Vitamin B1	mg	1,0	0,43	31	0,7	50	
Vitamin B2	mg	1,9	0,82	51	1,67	104	
Vitamin B6	mg	1,2	0,5	25	0,85	43	
Vitamin B12	µg	2,1	0,9	90	2,5	250	
Vitamin C	mg	31,5	13,6	23	24,0	40	
Vitamin E	mg	9,0	3,9	39	5,5	55	
Niacin	mg	11,6	5,0	28	7,2	40	
Folsäure	µg	126	54,2	27	89,6	45	
Biotin	mg	0,042	0,018	12	0,036	24	
Pantothensäure	mg	4,7	2,0	34	3,9	65	
L-Carnitin	mg	230	98,9	138	138	138	
<i>Lactobacillus acidophilus</i>	KBE	8,0x10 ⁷	3,4x10 ⁷	4,8x10 ⁷	4,8x10 ⁷	4,8x10 ⁷	
Proteineinheiten	BE	4,2	1,8	3,7	3,7	3,7	

Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung der Portion der Tagesration (43g Pulver + 200ml Wasser) **279 kJ/67 kcal**
Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung als Mahlzeit (60g Pulver + 300ml Milch) **434 kJ/104 kcal**

* Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis