

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, Mälsstärke (10,7%), Maisstärke, Molkenprotein-Konzentrat (7%), Sojaeiweiß-Isolat (6,8%), Sojaöl (6,6%), Inulin (3%), Maltodextrin, Malsdextrin (2,5%), Quarkpulver (1,5%), Verdickungsmittel Guarkernmehl und Xanthan, Tri-Kaliumcitrat, Aroma, Emulgator Soja-Lecithin, Bananenfruchtpulver (1%), Kaliumchlorid, L-Carnitin (0,23%), Magnesiumcarbonat, Säuerungsmittel Citronensäure, Süßstoffe (Natriumcyclamat, Saccharin, Sucralose), *Lactobacillus acidophilus* (0,12%), Eisen(III)-pyrophosphat, L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Zinkoxid, Retinylacetat, Calcium-D-pantothenat, Mangan(III)-sulfat, Kupfercarbonat, Farbstoff Beta-Carotin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Riboflavin, 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

BANANE-QUARK 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

Das INSTITUT FRESENIUS Qualitätssiegel steht für eine stets hochwertige, unabhängige geprüfte Produktqualität. Weitere Infos zum INSTITUT FRESENIUS Qualitätssiegel: www.qualitaetsiegel.net



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	Ernie	in 100g		pro Portion		pro Mahlzeit	
			Pulver	Tagesration	43g Pulver + 200ml Wasser	60g Pulver + 300ml Milch (1,5% Fett)	N/DA*	N/DA*
Brennwert			1586	682	1586			
			kcal/979	163	374			
Eiweiß			24,8	10,7	24,9			
Kohlenhydrate			49,8	21,4	44,3			
- davon Zucker			39,8	17,1	38,3			
- davon Fruktose			13,2	5,7	7,9			
Fett			7,8	3,4	9,5			
- davon gesättigte Fettsäuren			1,6	0,7	5,4			
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren			2,0	0,9	1,6			
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren			4,2	1,8	2,5			
- davon Linolensäure (Omega-3-Fettsäure)			0,49	0,21	0,295			
Ballaststoffe			6,0	2,6	3,6			
Natrium			0,44	0,19	0,41			
Calcium			412	177	22 601	75		
Magnesium			100	43,0	14 96,3	32		
Phosphor			357	153	19 487	61		
Kalium			1445	621	1332			
Eisen			9,6	4,1	29 5,9	42		
Zink			6,3	2,7	18 4,9	33		
Mangan			0,71	0,31	0,43			
Kupfer			0,86	0,37	0,55			
Jod			89,4	38,4	26 63,5	42		
Selen			37,7	16,2	32,5			
Vitamin A			563	242	30 377	47		
Vitamin D3			2,3	1,0	20 1,5	30		
Vitamin B1			1,0	0,43	31 0,7	50		
Vitamin B2			1,9	0,82	51 1,67	104		
Vitamin B6			1,2	0,5	25 0,85	43		
Vitamin B12			1,7	0,73	73 2,3	230		
Vitamin C			31,5	13,6	23 24,0	40		
Vitamin E			9,0	3,9	39 5,5	55		
Niacin			11,6	5,0	28 7,2	40		
Folsäure			126	54,2	27 89,6	45		
Biotin			0,042	0,018	12 0,036	24		
Pantothensäure			4,7	2,0	34 3,9	65		
L-Carnitin			230	96,9	138			
<i>Lactobacillus acidophilus</i>			8,8x10 ⁷	3,4x10 ⁷	4,8x10 ⁷			
Proteineinheiten			4,2	1,8	3,7			

Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung der Portion der Tagesration (43g Pulver + 200ml Wasser) **281 kJ/67 kcal**
Durchschnittlicher Brennwert pro 100ml verzehrfertige Zubereitung als Mahlzeit (60g Pulver + 300ml Milch) **435 kJ/104 kcal**

* Prozentsatz der empfohlenen Tagesdosis