

# BARRA DE REFEIÇÃO EQUILIBRADA



## Ingredientes:

Grãos de soja, xarope de frutose e glucose, soja estaladiça [proteína de soja, farinha de tapioca, sal], leite e chocolate a 8,9% [açúcar, manteiga de cacau, leite em pó completo, polpa de cacau, emulsionante: lecitina de soja, aromatizantes], xarope de glucose, agentes de enchimento: polidextrose, proteína de soja, oligofrutose, flocos de milho recobertos com chocolate [farinha de milho, farinha de trigo, gordura de cacau magra, açúcar, farinha de malte, sal, aromatizantes], frutose, minerais [fosfato dipotássico, fosfato tricálcico, óxido de magnésio, difosfato férrico (II)], óxido de zinco, sulfato de manganésio, sulfato de cobre, iodeto de potássio, selenito de sódio], pepitas de chocolate a 1,8% [açúcar, polpa de cacau, manteiga de cacau, emulsionante: lecitina de soja, baunilha natural], fibras vegetais: goma de acácia; óleo de girassol, aromatizantes, sal, regulador de acidez: ácido cítrico; emulsionante: lecitina de soja, vitaminas [vitamina C: ácido ascórbico, nicotinamida, vitamina E: acetato de tocoferol, pantotenato de cálcio, vitamina B2: riboflavina, vitamina B6: cloridrato de piridoxina, vitamina B1: cloridrato de tiamina, vitamina A: acetato de retinol, ácido pteroilmonoglutâmico, D-biotina, vitamina D: colecalciferol, vitamina B12: cianocobalamina. Contém leite, soja e glúten. Pode conter quantidades vestigiárias de cenoura, frutos secos, amendoim e sementes de sésamo.

Por favor, consulte o rótulo do produto para obter informação actualizada sobre ingredientes e valores nutricionais.

## Informação nutricional: 1 dose = 1 barra (56gr)

	por 100 gr	por barra (56 gr)	% DDR UE*
Energia	370 kcal (1550 kJ)	207 kcal (868 kJ)	-
Proteínas	23,9 gr	13,4 gr	-
Hidratos de Carbono	37,5 gr	21,0 gr	-
dos quais: Açúcar	25,4 gr	14,2 gr	-
Lípidos	10,6 gr	5,9 gr	-
dos quais:			
saturados	3,5 gr	1,9 gr	-
monoinsaturados	3,2 gr	1,8 gr	-
polinsaturados	3,8 gr	2,1 gr	-
Ácido Linoleico	2,7 gr	1,5 gr	-
Fibras Dietéticas	14,5 gr	8,1 gr	-
Sódio	0,39 gr	0,22 gr	-
<b>VITAMINAS</b>			
Vitamina A	433 µg	242 µg	30%
Vitamina D	2,8 µg	1,5 µg	30%
Vitamina E	6,6 mg	3,7 mg	31%
Vitamina C	43,4 mg	24,3 mg	30%
Tiamina	0,61 mg	0,34 mg	31%
Riboflavina	0,9 mg	0,5 mg	36%
Niacina	10,2 mg	5,7 mg	36%
Vitamina B6	0,82 mg	0,46 mg	33%
Ácido Fólico	108,4 µg	60,7 µg	30%
Vitamina B12	1,35 µg	0,75 µg	30%
Biotina	27,1 µg	15,2 µg	30%
Ácido Pantoténico	3,25 mg	1,8 mg	30%
<b>MINERAIS</b>			
Cálcio	428 mg	239 mg	30%
Fósforo	604 mg	338 mg	48%
Ferro	11,1 mg	6,2 mg	44%
Magnésio	98,0 mg	54,9 mg	15%
Zinco	6,21 mg	3,48 mg	35%
Iodo	82,5 µg	46,2 µg	31%
Potássio	928 mg	519 mg	26%
Cobre	0,83 mg	0,46 mg	46%
Selénio	29,9 µg	16,7 µg	30%
Manganês	1,08 mg	0,61 mg	30%

## Nutrição Base

\* DDR = Dose Diária Recomendada por Barra

Agora, já não precisa de se preocupar com o facto de não poder fazer uma refeição saborosa e equilibrada, quando andar de um lado para o outro. A prática e transportável Barra de Refeição Equilibrada, Fórmula 1, é nutricionalmente equilibrada e saborosa. A Barra de Refeição Equilibrada, Fórmula 1, fornece-lhe os nutrientes essenciais e necessários a uma refeição equilibrada, de um modo prático e rápido.

### PRINCIPAIS BENEFÍCIOS

- Controlo de calorias, com apenas 207 calorias por barra
- Rica em fibra e proteína de soja, para manter os níveis de energia constantes e para ajudar a manter uma sensação de saciedade mais prolongada
- Baixo índice glicémico (IG)
- Contém soja: a inclusão de, pelo menos, 25 gr de soja por dia, como parte de uma dieta com baixo teor de gordura saturada, pode ajudar a manter níveis de colesterol saudáveis
- Contém vitaminas e minerais essenciais, para ajudá-lo a atingir a sua Dose Diária Recomendada (DDR)
- Adequada a vegetarianos
- Com sabor a chocolate
- Refeição saborosa e nutricionalmente equilibrada, no formato prático e cómodo de barra

### PORQUE É QUE NECESSITA DESTE PRODUTO?

Quando tenta controlar ou manter o peso, é importante seguir uma dieta nutricionalmente equilibrada, uma tarefa que pode tornar-se complicada, quando não existem soluções práticas e saborosas por perto. Uma refeição equilibrada como o Batido Fórmula 1 ou a Barra de Refeição Equilibrada, Fórmula 1, ajuda-o a manter uma baixa ingestão calórica, evitando assim o aumento de peso, ao mesmo tempo que fornece ao seu organismo vitaminas e minerais essenciais, hidratos de carbono de longa duração e proteínas, para o fornecimento de energia e para ajudar a manter uma sensação de saciedade mais prolongada.

### MODO DE EMPREGO

Saboreie os Batidos Fórmula 1 ou as Barras de Refeição Equilibrada todos os dias, como opções para refeições equilibradas.

**Pretende seguir um programa de controlo de peso personalizado?** O Batido Fórmula 1 é já a solução preferida, diariamente, por milhões de pessoas, para uma refeição equilibrada, ajudando-as a atingir resultados de controlo de peso que as deixam plenamente satisfeitas. Faça desta refeição uma refeição saborosa todos os dias, acrescentando a sua fruta favorita para personalizar ainda mais o sabor. Os batidos Fórmula 1 estão disponíveis em latas ou saquetas de doses individuais.

### Procura uma refeição equilibrada e prática para quando anda de um lado para o outro?

**NOVIDADE** – A Barra de Refeição Equilibrada, Fórmula 1, é prática para levar sempre consigo quando anda de um lado para o outro. E, ao acompanhar esta barra com um bom copo de água, nunca mais vai precisar de dispensar uma boa nutrição.

Com um delicioso sabor crocante a chocolate, é um tentador substituto de refeição que o ajuda a evitar o excesso de calorias, quando anda atarefado de um lado para o outro.

*\* Este produto deve ser consumido como parte de uma dieta com controlo de calorias, e com outros alimentos, e em conjunto com uma actividade física regular*

O Seu Distribuidor Independente Herbalife é: