

Formula 3 – Personalised Protein Powder¹



Réf. 0242

Définition du produit

- Préparation à base de protéines en poudre.

Apports essentiels

- Protéines de soja et protéines de petit-lait (lactosérum).

Objectifs du Produit

- Augmente l'apport en protéines dans le cadre d'un programme de contrôle de poids et/ou de maintien du poids.
- Apporte des protéines sans graisses associées.
- Peut être ajoutée à un repas au terme d'une pratique sportive intensive, pour participer à la réparation musculaire.

Avantages Produit

- Exceptionnelle qualité de ses protéines.
- La quantité de protéines est souvent augmentée en période de contrôle ou de maintien de poids. Viandes, poissons, œufs, fromages, charcuterie sont les principales sources de protéines. Malheureusement, les protéines ainsi apportées sont souvent associées à des matières grasses, en quantité variable. Un des atouts majeurs de la préparation à base de protéines en poudre est son apport quasi nul en matières grasses.
- Ainsi, trois cuillerées de poudre de protéines apportent autant de protéines que 2 œufs, et seulement des traces de lipides, alors que deux œufs en apportent 14 g !

INFOS Nutrition

Un apport suffisant en protéines aide à lutter contre la fonte musculaire, en période de contrôle de poids. Il aide également à obtenir une satiété de qualité et durable, luttant contre les sensations de faim qui favorisent le grignotage.

Les protéines de soja sont considérées comme les meilleures protéines végétales. Les protéines de petit-lait (lactosérum) sont des protéines d'origine animale. Elles contiennent les acides aminés « indispensables », que notre corps ne peut pas fabriquer.

¹Supplément de protéines en poudre à base de soja et de petit-lait.

Conseils d'utilisation

- Une cuillerée à soupe rase de poudre, 1 à 3 fois par jour. Idéal dans les shakes, boissons, sauces, soupes.

Précaution d'emploi

- (Voir étiquette produit).

Conseils & Astuces

- Vous pouvez également mélanger la poudre de protéines à vos aliments classiques : yaourt, crème dessert, taboulé, légumes. Elle se dissout très bien et rapidement dans les plats chauds comme dans les plats froids.

Informations Etiquette :

Vous pouvez compléter votre alimentation quotidienne en protéines de première qualité avec un apport très faible en matières grasses. Personalized Protein Powder offre un moyen commode de consommer plus de protéines, ce qui vous aide à soutenir votre niveau d'énergie entre les repas et à conserver votre masse musculaire.

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES:

	Pour 100 g	Par cuillère (6 g)
Energie	383 kcal	23 kcal
	1604 kJ	96,2 kJ
Protéines	83 g	4,99 g
Glucides	3,7 g	0,22 g
Lipides	4,3 g	0,26 g

INGRÉDIENTS : Isolat de protéines de soja (75%), isolat de protéines de petit-lait (24,5%), arôme vanille, anti-agglomérant (dioxyde de silicium).

CONSEILS D'UTILISATION : Une cuillère à soupe rase de poudre (6 grammes) fournit 5 grammes de protéines. Prendre de

1 à 4 portions par jour. Cette poudre nature non sucrée peut s'ajouter à la Boisson Formula 1 ou se mélanger à d'autres aliments et boissons, y compris sauces et soupes. Peut se prendre en association avec la Formula 1 – Boisson ShapeWorks™. Il est recommandé d'ajouter la poudre à votre Formula 1 ShapeWorks™ dans les quantités suivantes :

femmes – 1 à 2 cuillères à soupe (5 à 10 g de protéines) ;
hommes – 1 à 3 cuillères à soupe (5 à 15 g de protéines).

Note : les valeurs mentionnées sur les étiquettes produits peuvent très légèrement varier en fonction du lot ou du lieu de production, ceci n'altère en rien la qualité des produits.

Source de la définition réglementaire de la poudre de protéines : suivant réglementation des produits alimentaires destinés à la consommation humaine.

Avec plus de 24 ans d'expérience, la société Herbalife est un leader mondial dans l'industrie du contrôle de poids et de la nutrition, offrant une gamme de produits qui vous aide à mener une vie saine.

Votre Distributeur Indépendant Herbalife :