

## Substituto de refeição para controlo de peso

Criada com proteína de soja de elevada qualidade, fibra, vitaminas e minerais, a Fórmula 1 fornece uma ótima nutrição de uma forma prática.

Saboreie a Fórmula 1 como um pequeno-almoço, almoço ou jantar nutritivos, para apoiar os seus objetivos de estilo de vida e controlo de peso\*.

O batido Fórmula 1 contém 25 vitaminas e minerais, incluindo vitamina D, que contribui para o normal funcionamento do sistema imunitário, e vitamina C, que contribui para a redução do cansaço e da fadiga.

A Fórmula 1 é composta por ingredientes adequados a veganos, não contém glúten nem corantes artificiais.

Agora já não terá de optar entre refeições equilibradas ou praticidade – o batido Fórmula 1 é rápido e simples de preparar!

**MODO DE EMPREGO:** Saboreie um batido Fórmula 1, todos os dias, como uma refeição nutritiva. Agite ligeiramente a embalagem antes de cada utilização, para redistribuir o conteúdo. Para preparar um batido delicioso misture 2 colheres-medida (26 g) de pó com 250 ml de leite meio-gordo frio (1,5 % de lipídios), ou em alternativa, para obter uma versão vegana e naturalmente sem lactose, misture com 250 ml de bebida de soja enriquecida com cálcio e vitaminas. Quer preparar uma refeição equilibrada sem leite, nem bebida de soja? Experimente misturar a Fórmula 1 com a Mistura para bebida de proteína e água. Integre o consumo deste produto numa dieta alimentar equilibrada e variada, aliada a um estilo de vida ativo e saudável. Visite [myherbalifeshake.com/pt](http://myherbalifeshake.com/pt) para obter mais ideias e sugestões para receitas.

## Rápida e fácil de preparar



2 colheres-medida

+



250 ml de leite meio-gordo  
ou bebida de soja enriquecida  
com cálcio e vitaminas

+



agitar ou  
misturar

\* **Para controlar o peso:** Substituir duas das principais refeições diárias de um regime alimentar de baixo valor energético por substitutos de refeição contribui para a perda de peso. Substitua duas refeições diárias por este delicioso batido e coma uma refeição nutritiva.

\* **Para uma nutrição equilibrada e manutenção de peso:** Substituir uma das principais refeições diárias de um regime alimentar de baixo valor energético por um substituto de refeição contribui para a manutenção do peso após perda do mesmo. Substitua uma refeição por dia por este delicioso batido e coma duas refeições nutritivas. Cumpra os seus objetivos de ingestão calórica consumindo também snacks nutritivos.

**Conservar a embalagem fechada num local fresco e seco.**

**Garantia de reembolso de 30 dias.** Este produto, formulado exclusivamente, está disponível apenas através de Distribuidores Independentes Herbalife Nutrition.

Este produto destina-se a ser usado no âmbito duma dieta restritiva para alimentos energéticos, em conjunto com outros alimentos e uma atividade física regular. É importante manter uma ingestão adequada de líquidos. O modo de emprego deve ser respeitado.

A Herbalife Nutrition recomenda que, antes de começar um programa de controlo de peso, fale com o seu médico. Um programa de controlo de peso saudável deve incluir baixo consumo calórico, dieta equilibrada e atividade física regular.

A Fórmula 1 é um substituto de refeição para controlo de peso com açúcares e edulcorante

Nº de lote e consumir de preferência antes de: Ver a base da embalagem

**PESO LÍQUIDO: 550 g e**



# Fórmula 1 Refeição equilibrada

## Substituto de refeição para controlo de peso

- 25 Vitaminas e minerais
- Rico em proteínas

sabor a biscoito  
crocante



## Informação nutricional

Quantidade por dose: 26 g Número de doses por embalagem: 21

Valores médios	Por dose de 26 g com 250 ml de leite meio-gordo (1,5 % de lipídios)		Por dose de 26 g com 250 ml de bebida de soja (enriquecida com cálcio e vitaminas)	
	Por 100 g			
Energia	1664 kJ	953 kJ	897 kJ	
	398 kcal	227 kcal	214 kcal	
Lípidios	9,7 g	6,6 g	6,3 g	
dos quais:				
ácidos gordos saturados	1,6 g	3,0 g	0,9 g	
ácidos gordos monoinsaturados	2,1 g	1,6 g	1,5 g	
ácidos gordos polinsaturados	5,5 g	1,5 g	3,6 g	
Hidratos de carbono	33 g	21 g	21 g	
dos quais: açúcares	21 g	18 g	15 g	
Fibra	18 g	5 g	5 g	
Proteínas	35 g	18 g	16 g	
Sal	1,2 g	0,6 g	0,6 g	
<b>VITAMINAS</b>		<b>% DDR**</b>		<b>% DDR**</b>
Vitamina A	1310 µg RE	164 %	377 µg RE	47 %
Vitamina D	7,9 µg	158 %	2,1 µg	42 %
Vitamina E	19 mg α-TE	158 %	5,1 mg α-TE	43 %
Vitamina K	118 µg	157 %	31 µg	41 %
Vitamina C	119 mg	149 %	35 mg	44 %
Tiamina	1,2 mg	109 %	0,42 mg	38 %
Riboflavina	0,35 mg	25 %	0,55 mg	39 %
Niacina	24 mg NE	150 %	6,5 mg NE	41 %
Vitamina B6	1,7 mg	121 %	0,56 mg	40 %
Ácido fólico	250 µg	125 %	75,8 µg	38 %
Vitamina B12	1,0 µg	40 %	1,3 µg	52 %
Biotina	73 µg	146 %	28 µg	36 %
Ácido pantoténico	6,8 mg	113 %	2,7 mg	45 %
<b>SAIS MINERAIS</b>				
Potássio	1420 mg	71 %	768 mg	38 %
Cálcio	460 mg	58 %	423 mg	53 %
Fósforo	890 mg	127 %	466 mg	67 %
Magnésio	431 mg	115 %	143 mg	38 %
Ferro	22 mg	157 %	5,8 mg	41 %
Zinco	12 mg	120 %	3,9 mg	39 %
Cobre	1,7 mg	170 %	0,47 mg	47 %
Manganés	3,3 mg	165 %	0,86 mg	43 %
Selénio	79 µg	144 %	21 µg	38 %
Crómio	80 µg	200 %	21 µg	53 %
Molibdénio	77 µg	154 %	31 µg	62 %
Iodo	230 µg	153 %	68,3 µg	46 %

\*\* Doses de referência

12 g de açúcar por dose são provenientes do leite

9 g de açúcar por dose são provenientes da bebida de soja

**INGREDIENTES:** Proteína isolada de soja, frutose, inulina, fibra de aveia sem glúten, óleo de soja, cacau crocante (farinha de arroz, farinha de milho, açúcar, cacau em pó, fibra de arroz, sal), mistura de minerais (citrato de cálcio, óxido de magnésio, fumarato ferroso, selenito de sódio, óxido de zinco, carbonato de manganés, cloreto de crómio (III), iodeto de potássio, citrato cúprico), fosfato de potássio, emulsionante (lectina de soja), aroma, linhaça biológica<sup>1</sup> em pó, essências (goma xantana, goma de guar), mistura de vitaminas (ácido L-ascórbico (vit. C), acetato de DL-alfa-tocoferol (vit. E), nicotinamida (niacina), acetato de retinilo (vit. A), D-biotina (biotina), D-pantotenato de cálcio (ácido pantoténico), colecalciferol (vit. D), ácido pterilmonoglutâmico (ácido fólico), filiquinona (vit. K), cloridrato de piridoxina (vit. B6), cloridrato de tiamina (vit. B1), cianocobalamina (vit. B12), riboflavina (vit. B2)), cloreto de sódio, edulcorante (sucarose), fruto de papiaia em pó, folha de salsa em pó, fruto de mirtilo em pó, fruto de romã em pó, antiaglomerante (dióxido de silício). Recomendações para alérgicos: sobre os alérgenos, ver ingredientes a negro.

<sup>1</sup> 2 % dos ingredientes agrícolas são provenientes de agricultura biológica, NL-BIO-01.

Distribuído por:  
HERBALIFE INTERNATIONAL LUXEMBOURG S à R.L.  
16 Avenue de la Gare, L-1610 Luxembourg



©2019 HERBALIFE NUTRITION



4 4 6 7 P O  
L4467PO-00 SKU4467

Barra



4 4 6 7 P O  
L4467PO-00 SKU4467

Barra

Overlao

Overlao