

# FICHA DE ALEGAÇÕES DE PRODUTO

## FÓRMULA 1

### REFEIÇÃO EQUILIBRADA

# SABOR A COGUMELOS E ERVAS AROMÁTICAS

## PRINCIPAIS ALEGAÇÕES



Alto teor de proteína.



Sem glúten.



Sem leite ou derivados.



25 vitaminas e minerais.



Ingredientes veganos.



CÓD. 092K

- Experimente a nossa Fórmula 1, Refeição Equilibrada, sabor a Cogumelos e Ervas Aromáticas! Delicie-se com os sabores da terra com os cogumelos e a leve doçura da cebola, o alho e as refrescantes ervas aromáticas.
- É uma refeição deliciosa, saborosa, nutritiva, rica em proteína, sem adição de açúcar e sem glúten. Além disso, é adequada a vegetarianos!
- Delicie-se com a Fórmula 1, sabor a Cogumelos e Ervas Aromáticas, uma opção nutritiva para o seu almoço ou jantar, que apoia o seu estilo de vida ativo e os seus objetivos de controlo de peso\*.
- Escolha a sua forma preferida de preparar uma refeição Fórmula 1:
  - Saboreie a Fórmula 1 de Cogumelos e Ervas Aromáticas com 250 ml de leite meio-gordo quente e obtenha 216 kcal e 19 g de proteína, num almoço ou jantar de textura cremosa.
  - Se preferir uma refeição vegana, naturalmente sem lactose, misture 2 colheres-medida (26 g) de pó com 250 ml de bebida de soja quente enriquecida com cálcio e vitaminas, e obtenha 202 kcal e 17 g de proteína.
- A F1 sabor a Cogumelos & Ervas Aromáticas é um tudo em um, que lhe oferece sabor e nutrição de uma forma prática.

Página 1 de 2

# ALEGAÇÕES REFERENTES ÀS VITAMINAS E MINERAIS

Fornece mais de um terço da dose diária recomendada de 25 vitaminas e minerais por dose.

## O CÁLCIO:

- Contribui para o normal funcionamento muscular
- É necessário para a manutenção de ossos normais

## O CRÓMIO CONTRIBUI PARA:

- A manutenção de níveis normais de glicose no sangue
- O normal metabolismo dos macronutrientes

## O FOLATO CONTRIBUI PARA:

- O crescimento do tecido materno durante a gravidez
- A síntese normal dos aminoácidos
- A formação normal do sangue
- O normal funcionamento do sistema imunitário
- A redução do cansaço e da fadiga

## O MANGANÊS CONTRIBUI PARA:

- O normal metabolismo produtor de energia
- A normal formação de tecidos conjuntivos
- A proteção das células contra as oxidações indesejáveis

## O FÓSFORO CONTRIBUI PARA:

- O normal metabolismo produtor de energia
- A manutenção de ossos normais

## O POTÁSSIO CONTRIBUI PARA:

- O normal funcionamento do sistema nervoso
- O normal funcionamento muscular
- A manutenção de uma pressão arterial normal

## O SELÉNIO CONTRIBUI PARA:

- A normal espermatogénese
- A manutenção de cabelo e unhas normais
- O normal funcionamento do sistema imunitário
- O normal funcionamento da tiroide
- A proteção das células contra as oxidações indesejáveis

## A VITAMINA A CONTRIBUI PARA:

- A manutenção de uma pele normal
- A manutenção de uma visão normal
- O normal funcionamento do sistema imunitário

## A VITAMINA B12 CONTRIBUI PARA:

- O normal metabolismo produtor de energia
- O normal funcionamento do sistema imunitário
- A redução do cansaço e da fadiga

## A VITAMINA C CONTRIBUI PARA:

- A normal formação de colagénio para funcionamento normal das cartilagens, ossos e pele
- O normal metabolismo produtor de energia
- O normal funcionamento do sistema imunitário
- A proteção das células contra as oxidações indesejáveis
- A redução do cansaço e da fadiga
- A vitamina C aumenta a absorção de ferro

## A VITAMINA D CONTRIBUI PARA:

- A manutenção de ossos e dentes normais
- A manutenção do normal funcionamento muscular
- O normal funcionamento do sistema imunitário

## A VITAMINA E CONTRIBUI PARA:

- A proteção das células contra as oxidações indesejáveis

## O ZINCO CONTRIBUI PARA:

- A síntese normal das proteínas
- O normal metabolismo dos hidratos de carbono e dos macronutrientes
- A manutenção de níveis normais de testosterona no sangue
- Uma normal função cognitiva
- Uma fertilidade e reprodução normais
- O normal metabolismo dos ácidos gordos
- A manutenção de cabelo, unhas e pele normais
- O normal funcionamento do sistema imunitário
- A proteção das células contra as oxidações indesejáveis

## MODO DE EMPREGO

- Saboreie a Fórmula 1, todos os dias, como uma refeição nutritiva. Agite ligeiramente a embalagem antes de cada utilização, para redistribuir o conteúdo. Misture 2 colheres-medida (26 g) de pó com 250 ml de leite meio-gordo quente.

Para obter uma refeição vegana, sem lactose e sem glúten, misture duas colheres-medida (26 g) de pó com 250 ml de bebida de soja enriquecida quente.

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 sugestões de receitas.

\*Para controlo de peso, substitua duas refeições por dia pela deliciosa e equilibrada Fórmula 1: a substituição de duas das principais refeições diárias por substitutos de refeição, numa dieta com restrição calórica, contribui para a perda de peso

Para apoio de uma nutrição equilibrada e manutenção do peso, substitua uma refeição por dia pela deliciosa Fórmula 1: a substituição de uma das principais refeições diárias por um substituto de refeição, numa dieta com restrição calórica, contribui para a manutenção do peso após a perda do mesmo

Este produto destina-se a ser integrado numa dieta alimentar com restrição calórica e em conjunto com outros produtos alimentares, aliado a uma atividade física regular. É importante manter uma ingestão adequada de líquidos. É importante seguir as recomendações conforme indicado.