

# DIETLINE Sonkás omlett

Fehérjében gazdag, alacsonykalóriás, szénhidrátokban és zsírokban szegény készítmény, melynek energiatartalma zacskónként mindössze 96kcal

## ÁTLAGOS TÁPANYAG ÖSSZETÉTEL

		100 g		24,5g-s zacskónként				100 g		24,5g-s zacskónként	
				% RDA*						% RDA*	
<b>ENERGIATARTALOM</b>	kcal	390	96			<b>VITAMINOK</b>					
	kJ	1634	400			Vitamin B1 (Tiamin)	mg	0,8	0,2	14	
<b>FEHÉRJÉK</b>	g	<b>62</b>	<b>15</b>			Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	16,0	3,9	244	
<b>SZÉNHIDRÁTOK (rost nélkül)</b>	g	7,6	1,9			Vitamin PP (Niacin)	mg	11,0	2,6	14	
melyből cukrok	g	2,0	0,5			Vitamin B6 (Piridoxin)	mg	1,2	0,3	14	
melyből polyols	g					Vitamin B12	µg	0,6	0,1	14	
melyből polydextrose	g					Vitamin B5 (Pantoténsav)	mg	3,5	0,9	14	
<b>ROSTOK</b>	g	3,0	0,7			Vitamin B9 vagy M (Folsav)	µg	117	29	14	
melyből fructo-oligosaccharides	g	2	0,5			Vitamin C	mg	35	8,6	14	
<b>ZSÍROK</b>	g	12,6	3,1			Vitamin B8 ou H (Biotin)	mg	0,09	0,02	14	
melyből telített zsírsavak	g	1,5	0,4			<b>ÁSVÁNYI SÓK</b>					
<b>VITAMINOK</b>						Kalcium	mg	150	37	5	
Vitamin A	µg	469	115	14		Foszfor	mg	355	87	11	
Vitamin E	mg	5,9	1,4	14		Magnézium	mg	52	13	4	
						Vas	mg	2,3	0,6	4	
						Kálium	mg	175			
						Nátrium	mg	358,0			

\* RDA : Fogyasztásra Ajánlott Napi Mennyiség felnőttek számára

### TARTALOM:

szárított tojás és tojásfehérje, tejfehérjék, aromák, oligofruktóz, só, káliumklorid, szinező: karamel és riboflavin, bors, savkorrektor: citromsav, tapadásgátló: kollodiális szilika, további tápanyagok/vitaminok (C, PP, E, B5, B6, B2, B1, A, Folsav, B12, Biotine).

### A DIETLINE termékek felhasználásakor figyelembeveendők:

- Nem szabad úgy fogyasztani, mint egyedüli táplálékforrást. Fogyassza egy fogyókúra étrend keretében.
- A súlycsökkentési és a súlynövekedés periódusainak váltakozása veszélyes az egészségre.
- Ne folytasson fogyókúrát egy hétnél tovább anélkül, hogy kikérné orvos vagy diétás szakember véleményét.
- Fogyókúra orvosi felügyelet nélkül kifejezetten nem ajánlott gyermekeknek, növekedésben lévő fiataloknak, terhes anyáknak és időseknek.

### ELKÉSZÍTÉSI MÓD

Egy edénybe ( mixer vagy shaker ) tegyen 110ml hideg vizet. Töltse bele a zacskó tartalmát. Keverje, rázza addig, amíg teljesen csomómentes nem lesz. Tetszés szerint esetleg hagymát, gombát is süthet alá. Töltse egy felforrósított - picit megolajozott - serpenyőbe és süssse meg.

Tartsa a Dietline termékeket száraz, hűvös helyen

Fogyasztható: a zacskókon lévő dátumig

**FORGALMAZZA** : 4H-AD Kft. 1154 BUDAPEST Domaháza u.55. tel: 00-36-1-415-0301 tel/fax: 00-36-1-417-1757