

**Inhaltsstoffe:** Milchprotein, Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Natrium, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente

**Hersteller:** Nutrition et Santé S.A.S., Revel, France

### **Apothekenexklusiv**

### **Was ist modifast®?**

modifast® ist ein umfassendes Ernährungskonzept zur Gewichtsreduktion und Gewichtskontrolle. Das modifast® Programm entspricht den gesetzlichen Vorgaben einer LCD-Diät (Low Calorie Diet) gemäß EU Richtlinie 96/8/EG und besteht aus diätetisch ausgewogenen Lebensmitteln, die als Ersatz einer ganzen Tagesration oder einzelner Mahlzeiten pro Tag für eine gewichtsreduzierende oder -kontrollierende Ernährung verwendet werden. Der bilanzierte Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen sowie essentiellen Fettsäuren und Kohlenhydraten stabilisieren den Stoffwechsel. Leistungsfähigkeit und Muskelmasse bleibt erhalten.

### **Darreichungsform**

Portionsbeutel bestehend aus jeweils 55g Pulver. 8 Portionsbeutel pro Packung modifast® Programm enthalten.

### **Anwendungsgebiete**

modifast® Programm wird verwendet zur Gewichtsreduktion und Gewichtskontrolle.

### **Verwendung und Zubereitung**

Bei Ersatz einer ganzen Tagesration für eine intensive Gewichtsreduktion und sofern ärztlich nicht anders empfohlen werden ausschließlich 4 Portionen modifast® Programm (entspricht 800-880 kcal) über den Tag verteilt verzehrt. Alternativ können auch 2 Einzelportionen am Tag zu 1 Doppelportion zusammengefasst werden. Zur Gewichtsstabilisierung werden die modifast® Programm Mahlzeiten wieder schrittweise durch leichte, ausgewogene Mahlzeiten ersetzt. Für die leichte Gewichtsreduktion werden 1-2 Mahlzeiten pro Tag jeweils durch Portionen des modifast® Programms ersetzt. Die übrigen Mahlzeiten sollten leicht und ausgewogen sein.

Den Inhalt eines Portionsbeutels (Drinks, Crèmes) in 200 ml kaltes Wasser, bei Suppen in 250 ml warmes Wasser (max. 60°C oder 1 Minute in der Mikrowelle bei 800 Watt) mit einem Handmixer einrühren. Alternativ kann auch ein Schüttelbecher verwendet werden.

Nur bei Einhaltung der Verwendungs- und Zubereitungshinweise kann der angestrebte Erfolg der gewichtskontrollierenden Ernährung erreicht werden.

### **Anwendungshinweis**

Beim Ersatz einer gesamten Tagesration darf modifast® Programm nicht länger als 3 Wochen ohne ärztlichen Rat verwendet werden. Es ist erforderlich, während der Kur täglich mindestens zwei Liter eines kalorienfreien oder -armen Getränks, z. B. Wasser oder ungesüßten Tee zu trinken. modifast® Programm ist auch für Diabetiker geeignet.

### **Warnhinweis**

modifast® Programm ist bei Laktose- und Fruktoseintoleranz nicht oder nur unter ärztlicher Begleitung geeignet. Die Geschmacksrichtungen Schokolade und Kaffee des modifast® Programms sind bei Histaminintoleranz nicht oder nur unter ärztlicher Begleitung geeignet.

### DRINK KAFFEE

PZN 6139549

#### ZUTATEN

Maltodextrin, Milcheiweiss (mit Emulgator Sojalecithin), Magermilchpulver, Pflanzenfette (mit Glukosesirup, Emulgatoren E 472a und E 472c, Antioxidationsmitteln E 304 und E 306), Glukosesirup, Inulin, natürliches Aroma, Kaliumcitrat, Verdickungsmittel (E 466), Natriumcitrat, Emulgator Sojalecithin, Aromen, Kaliumphosphat, Magnesiumcarbonat, Eisenpyrophosphat, Süsstoffe Acesulfam K und Aspartam, Vitamine (A, B1, B2, B6, B12, C, D, E, Niacin, Folsäure, Pantothensäure, Biotin), Zinksulfat, Kaliumiodid, Kupferglukonat, Natriumselenit, Mangansulfat.

Enthält eine Phenylalaninquelle.

NÄHRSTOFFE			
	Pro 100g Pulver	Pro Tagesration (220g)	Pro Portion (55g)
Brennwert	1657 kJ	3645 kJ	911 kJ
	393 kcal	865 kcal	216 kcal
Eiweiß	24,9 g	54,8 g	13,7 g
Kohlenhydrate	50,8 g	111,8 g	28 g
• davon Zucker	13 g	28,6 g	7,2 g
Laktose	8,4 g	18,5 g	4,6 g
Fett	9 g	19,8 g	4,9 g
• davon gesättigte Fettsäuren	3,7 g	8,1 g	2 g
• davon einfach ungesättigte Fettsäuren	1,3 g	2,9 g	0,7 g
• davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	2,1 g	4,6 g	1,2 g
• davon Linolsäure	2,1 g	4,6 g	1,2 g
Ballaststoffe	4,6 g	10,1 g	2,5 g
Natrium	0,65 g	1,4 g	0,36 g

MINERALSTOFFE			
	Pro 100g Pulver	Pro Tagesration (220g)	Pro Portion (55g)
Calcium	500 mg	1100 mg	275 mg
Magnesium	82 mg	180 mg	45 mg
Phosphor	300 mg	660 mg	165 mg
Kalium	1430 mg	3146 mg	787 mg

VITAMINE			
	Pro 100g Pulver	Pro Tagesration (220g)	Pro Portion (55g)
Vitamin A	382 µg	840 µg	210 µg
Vitamin D	3 µg	6,6 µg	1,6 µg
Vitamin E	6 mg	13 mg	3,3 mg
Vitamin B1	1 mg	2,2 mg	0,55 mg
Vitamin B2	1 mg	2,2 mg	0,55 mg
Vitamin B6	0,9 mg	2 mg	0,5 mg
Vitamin B12	1,8 µg	4 µg	1 µg
Vitamin C	25 mg	55 mg	14 mg
Biotin	12 µg	26 µg	6,6 µg
Folsäure	140 µg	308 µg	77 µg
Niacin	10 mg	22 mg	5,5 mg
Pantothensäure	2 mg	4,4 mg	1 mg

SPURENELEMENTE			
	Pro 100g Pulver	Pro Tagesration (220g)	Pro Portion (55g)
Eisen	9 mg	20 mg	5 mg
Kupfer	0,7 mg	1,5 mg	0,39 mg
Mangan	0,65 mg	1,4 mg	0,36 mg
Zink	7 mg	15,4 mg	3,9 mg
Selen	30 µg	66 µg	17 µg
Jod	71 µg	156 µg	39 µg