

UNICITY لين كومبليت



أوقفوا الحلقة المفرغة التي تقوموا فيها بإضافة الدهون إلى أجسامكم، وذلك بأن تبدأ يومك مباشرة بتناول لين كومبليت؛ والذي يعد بديل للوجبة لاحتوائه على نسبة عالية من البروتين، ونسبة قليلة من الكربوهيدرات والذي يوفر المواد الغذائية اللازمة والتي تجعلك تشعر بالشبع حتى موعد وجبتك القادمة.

من الأشياء الهامة عند اتباع نظام غذائي صحي لإنقاص الوزن أن تقوم بتجنب تناول كميات كبيرة من الأطعمة الغنية بالجليكسيوم مثل الأرز والمعكرونة والحلويات. فلا يعد لين كومبليت بديل فقط بديل جيد للحبوب التي تحتوي على السكر، بل إنه يتميز بمذاق جيد أيضًا! يحتوي لين كومبليت على نكهة فانيليا غنية تلبي احتياجات التذوق لديك بالإضافة إلى أنها تمد جسمك بالطاقة التي يحتاجها لمواصلة المجهود الذي يبذله طوال اليوم.

يعلم الجميع أنه من المهم أن تبدأ يومك بحيوية ونشاط، وتوضح الدراسات أن الأشخاص الذين يتناولون وجبة الإفطار يفقدون وزناً أكبر من أولئك الذين لا يقوموا بتناولها.

ومع ذلك، ينشغل الكثير منا عن تناول وجبة الإفطار، وبالتالي يقوموا بتجاوزها. ومن ثم نأكل كثيرا في وجبة الغذاء وأكثر في وجبة العشاء، وعادة ما تكون هذه الوجبات خالية من المواد المغذية ولكنها تكون مليئة بالدهون والسكريات. مما يؤدي إلى ارتفاع كبير في نسبة الجلوكوز في الدم أثناء تناول الوجبات مما يجعل جسمنا يقوم بتخزين المزيد من المواد الغذائية مثل الدهون.

المميزات والفوائد

- وجبة لذيذة منخفضة السعرات الحرارية، وجبة مناسبة لتحفيز عملية الأيض *
- يساعد البروتين في بناء والحفاظ على كتلة العضلات
- يوفر الوقود اللازم للحصول على للطاقة لفترات طويلة دون أن يؤدي إلى ارتفاع نسبة السكر في الدم *
- تحتوي الوجبة الواحدة على 10 جرام من البروتين عالي الجودة
- تكون معبأة مع 5 جرام من الألياف والفيتامينات والمعادن

المكونات

عزل بروتين الصويا، مركز بروتين مصلى الحليب، مسحوق الأنسولين، مسحوق الجوز الأرضي، الصمغ العربي، ألياف الشوفان، صمغ الزانوم، السكروز، زيت MCT، عزل بروتين مصلى الحليب، مسحوق الحليب منزوع الدسم، كلوريد البوتاسيوم، ثاني أكسيد السيليكون، الغروي، كلوريد الصوديوم، حمض الأسكوربيك، سوكروالوسي، مسحوق مالتوديكترين، كاربوكسي ميثيل سليولوز الصوديوم، ألفا توكوفريل DL، مسحوق صويا اللبسيثين، غلوكونات الزنك، الكاراجينان، نيكوتيناميد، أسيتات فيتامين أ، أكالسيوم - د - بانتوثينات، الريبوفلافين، أحادي نترات الثيامين، هيدروكلوريد بيريدوكسين، سيانوكوبالامين، ن - بيترويل - ل - الجلوتاميك، - د - البيوتين، إرغوكاليفيرول.

الاستخدام الموصى به

1 كيس (22 جرام) من لين كومبليت مع 250-300 مل من الماء أو الحليب الخالي الدسم وتمتع بتناولها. ويستخدم كبديل لوجبة الإفطار / الغذاء أو ويمكن استخدامه أيضا كبديل لوجبة العشاء للحصول على نتائج أفضل.

القيم الغذائية

القيم اليومية %	
حجم الوجبة: 1 كيس (22 جرام)	عدد الوجبات لكل عبوة: 25 كيس
المعلومات الغذائية لكل وجبة	
طاقة	77.77 كيلو كالوري
بروتين	10.0 جرام
إجمالي الكربوهيدرات	3.5 جرام
السكر مثل السكروز	0.341 جرام
إجمالي الدهون	1.53 جرام
الألياف الغذائية	5.0 جرام
فيتامين سي	30 ملغم 75 %
فيتامين ب 3	10 ملغم NE 83.33 %
فيتامين هـ	10 ملغم 100 %
فيتامين ب 5	4 ملغم 80 %
فيتامين ب 1	1 ملغم 100 %
فيتامين ب 2	1 ملغم 91 %
فيتامين ب 6	1 ملغم 50 %
فيتامين أ	578 ميكغ 96.33 %
حمض الفوليك	100 ميكغ 100 %
البيوتين	30 ميكغ 100 %
فيتامين د	3.7 ميكغ 37.5 %
فيتامين ب 12	1 ميكغ 100 %
صوديوم	24 ملغم 1.26 %
زنك	2.9 ملغم 29 %

النسبة المئوية % (كمية الطعام الموصى بها) بناء على توصيات منظمة الصحة العالمية / منظمة الأغذية والزراعة النسبة المئوية % (كمية الطعام الموصى بها) بناء على المرأة العاملة المستقرة الكليات المناسبة من الفيتامينات التي يتم اضافتها لتعويض ما يفقده الجسم.