zur Verfügung gestellt von Gebrauchs.info

AMFORMULA®
DIET



Schokolade

AMFORMULA® DIET

Zubereitung

Morgens und Mittags einfach je 3 gestrichene Messlöffel (35 g Pulver) in 300 ml fettarmer Milch (1,5%) einrühren und genießen. Abends ein leichtes Gericht zubereiten – leckere Rezepte finden Sie unter **www.amformula.de.** Zusätzlich nehmen Sie bitte ausreichend kalorienfreie Getränke zu sich, täglich mind. 2 Liter.
Nähere Informationen in der Packung.

Nährwertangaben

Analyse	pro **100 g** Pulver	pro **35 g** Pulver	pro verzehrfertige **Portion***	**%RDA****
physiologischer Brennwert	**1540 kJ / (368 kcal)**	**539 kJ / (129 kcal)**	**1153 kJ / (276 kcal)**	
Eiweiß	46,1 g	16,1 g	26,2 g	
Kohlenhydrate	20,4 g	7,1 g	21,5 g	
davon Zucker	16,3 g	5,7 g	20,1 g	
Fett	10,3 g	3,6 g	8,4 g	
davon gesättigte Fettsäuren	2,8 g	1,0 g	3,1 g	
mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3,6 g	1,2 g	1,3 g	
davon Linolsäure	2,9 g	1,0 g	1,1 g	
Ballaststoffe	14,3 g	5,0 g	5,0 g	
Natrium	0,26 g	0,09 g	0,23 g	
Vitamin A	667 µg	233 µg	272 µg	34
Vitamin D	4,7 µg	1,6 µg	1,7 µg	34
Vitamin E	9,5 mg	3,3 mg	3,4 mg	34
Vitamin C	42,1 mg	14,7 mg	19,8 mg	33
Vitamin B1	1,0 mg	0,35 mg	0,46 mg	33
Vitamin B2	1,5 mg	0,5 mg	1,1 mg	67
Niacin	16,8 mg	5,9 mg	6,2 mg	34
Vitamin B6	1,4 mg	0,5 mg	0,6 mg	32
Folsäure	204 µg	71,6 µg	85,1 µg	43
Vitamin B12	6,5 µg	2,3 µg	3,6 µg	360
Pantothensäure	2,9 mg	1,0 mg	2,1 mg	34
Biotin	14,0 µg	4,9 µg	15,4 µg	10
Kalium	572 mg	200 mg	665 mg	
Calcium	510 mg	178 mg	532 mg	67
Magnesium	130 mg	45,6 mg	81,6 mg	27
Phosphor	501 mg	175 mg	448 mg	56
Eisen	16,4 mg	5,8 mg	5,9 mg	42
Zink	7,6 mg	2,7 mg	3,8 mg	25
Kupfer	0,98 mg	0,34 mg	0,37 mg	
Jod	110 µg	38,5 µg	48,4 µg	32
Mangan	0,97 mg	0,34 mg	0,35 mg	
Selen	54,8 µg	19,2 µg	19,2 µg	

* 35 g Pulver in 300 ml fettarmer Milch (1,5%)
** RDA = % der empfohlenen Tagesdosis gemäß Richtlinie 90/496/EG
Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung:
mit Milch (1,5% Fett) 345 kJ (82 kcal)

Das sensationelle Diät-Konzept von Mark Warnecke
Das AMFORMULA® Konzept beinhaltet die Produkte AMFORMULA® DIET für schnellen und nachhaltigen Gewichtsverlust und AMFORMULA® SHAPE für langfristiges Abnehmen und Figurformung. AMFORMULA® SHAPE wird zusätzlich zur umgestellten Ernährung als Diätunterstützung angewendet. AMFORMULA® DIET wird sehr einfach als Mahlzeitenersatz angewendet.

AMFORMULA® DIET ist die neu entwickelte Formula-Diät von Mark Warnecke und ist in sechs köstlichen Geschmacksrichtungen erhältlich, es entspricht in seiner Zusammensetzung dem §14a der Diätverordnung und dient als Mahlzeitenersatz. Durch eine kontrollierte Kalorienzufuhr bietet AMFORMULA® DIET daher einen schnellen und sicheren Weg zur gewünschten Gewichtsreduktion. Eine Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung! Die Schönheits-OP zum Trinken® wird in den leckeren Geschmacksrichtungen Cappuccino, Erdbeere, Vanille und Schokolade angeboten. Neu sind die beiden herzhaften Varianten Tomatensuppe und Kartoffellauchsuppe.

Eine verzehrfertige Portion AMFORMULA®DIET enthält neben allen anderen wichtigen Nährstoffen mehr als 50% hochwertiges Protein, so soll ein Muskelabbau während der „Gewichtsreduktion" verhindert und ein ungewollter Jo-Jo-Effekt nach der Diät unterbunden werden.

Jetzt ganz neu mit präbiotischen Ballaststoffen
Neu in AMFORMULA® DIET sind die nach wissenschaftlichen Erkenntnissen zugegebenen präbiotisch wirksamen Ballaststoffe.

AMFORMULA® DIET wurde im Jahre 2006 exklusiv für das Adipositas Programm der Vivantes Kliniken in Berlin/Brandenburg entwickelt.

Das Kochbuch „Die Warnecke Diät"
Das von Mark Warnecke auf sein Konzept abgestimmte Kochbuch mit ca. 80 wohlschmeckenden Rezepten auf 144 Seiten für nur 14,95 Euro ist im Buchhandel erhältlich (Südwest Verlag) - auch in unserem Online-Shop. In diesem Buch hat Mark seine Lieblingsrezepte für die Reduktionsphase, Haltephase in Verbindung mit AMFORMULA® und danach beschrieben. Sie werden sehen, wie lecker und einfach das AMFORMULA® Figur-Wohlfühlkonzept funktioniert.

Zutaten

Molkeneiweiß (laktosehaltig), Milcheiweiß (laktosehaltig), Ballaststoff Nutriose (Maisdextrin) und Inulin, Fruktose, Soja-Lecithin, Sojaöl, Aroma, Instantkaramell, Maltodextrin, Salz, Di-Natriumphosphat, Magnesiumhydroxid, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Süßstoff Sucralose, D-alpha-Tocopherylacetat, Nicotinamid, Zinkoxid, Kupfer-(II)-gluconat, Mangan-(II)-sulfat, Calcium-D-pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Vitamin B2 (Riboflavin), Retinylacetat, Folsäure, Natriumselenit, Kaliumjodid, D-Biotin, Cholecalciferol

Aktualisierungsstand Gebrauchs.info November 2011