

Produit de lactosérum enrichi en protéines pour la préparation d'une boisson semblable au yaourt;  
avec de l'inuline (19,8 %) et de l'acide lactique.

Mixed whey product made from protein-enriched whey powder for the preparation of a drink similar to yoghurt;  
with inulin (19,8 %) and lactic acid cultures.

**FR PRÉPARATION UNIQUEMENT DANS LA YAOURTIÈRE FITLINE: Utilisez 1 sachet de Feel Good FitLine (à 50,5 g) et 1 litre de lait écrémé (0,3 % de matière grasse, à une température ambiante d'environ 20° C) pour 5 portions. :**

1. Remplissez à moitié le contenant de yaourt intérieur avec du lait écrémé, ajoutez le contenu du sachet de Feel Good FitLine.
2. Fouettez soigneusement jusqu'à ce que la poudre soit complètement dissoute.
3. Ajoutez le reste du lait (environ 1 litre au total) bien mélanger.
4. Placez le couvercle sur le récipient intérieur en sortant autant d'air que possible.
5. Versez de l'eau bouillante dans la yaourtière jusqu'au bord supérieur du marquage correspondant.
6. Mettez le récipient interne dans le récipient externe.
7. Placez le couvercle sur la yaourtière et conservez-le pendant environ 10 heures à une température ambiante. Une durée de stockage réduite permet d'obtenir un goût plus doux, une durée de stockage plus longue une acidification plus forte.
8. Placez le contenant de yaourt Feel Good dans le réfrigérateur, où il peut être stocké jusqu'à 5 jours. Idéal en combinaison avec FitLine Basics.

**RECOMMANDATION D'UTILISATION: Consommer 200 ml de la préparation par jour.**

**EN PREPARATION ONLY IN FITLINE YOGHURT MAKER: Use 1 package of FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink" (50,5 g) and 1 litre of skimmed milk (0.3 % fat, at room temperature approx. 20°C) for 5 portions:**

1. Half fill the inner yoghurt container with skimmed milk, gradually add the content of the bag of FitLine "Feel Good Yoghurt-Drink".
2. Whisk thoroughly until the powder has completely dissolved.
3. Add remaining milk up to the mark (around 1 litre in total) and stir thoroughly.
4. Place lid on the inner container, pressing out as much air as possible.
5. Pour boiling water into the outer container up to the upper edge of marking for the inner container.
6. Put inner container into outer container.
7. Place lid on outer container and store for 10 hours at room temperature. Less storage time results in a milder taste, longer storage time in stronger acidification.
8. For further ripening and cooling put the ready to use "Feel Good Yoghurt-Drink" in the refrigerator for 8 to 10 hours. Can be stored in the refrigerator for up to 5 days. Best in combination with FitLine Basics.

**RECOMMENDATION FOR USE: consume 200 ml of ready-to-use product a day.**

6 sachets à / packages à 50,5 g e = 303 g



PM-International France  
29, rue Albert Einstein  
54320 Maxéville, France  
www.fitline.com



| Teneur moyenne<br>Average Value                                   | pour 100 g<br>de poudre<br>per 100 g<br>powder | % AJR <sup>1</sup><br>% NRV <sup>1</sup> | par portion<br>(200 ml de préparation) <sup>2</sup><br>per Portion<br>(200 ml prepared) <sup>2</sup> | % AJR <sup>1</sup><br>% NRV <sup>1</sup> |
|---|--|--|--|--|
| Energie / Energy  | 1256 kJ<br>298 kcal                            |  | 389 kJ<br>92 kcal  |  |
| Lipides / Fat<br>dont acides gras saturés /<br>of which Saturates | 1,3 g<br>0,81 g                                |  | 0,75 g<br>0,47 g   |  |
| Glucides / Carbohydrate<br>dont sucres / of which Sugars          | 40 g<br>40 g                                   |  | 11 g<br>11 g   |  |
| Fibres / Fibre  | 17 g   |  | 1,7 g  |  |
| Protéines / Protein   | 23 g   |  | 9,2 g  |  |
| Sel / Salt  | 2,0 g  |  | 0,44 g   |  |
| Calcium   | 830 mg   | 104                                      | 330 mg   | 41                                       |
| Phosphore / Phosphorus  | 1030 mg  | 147                                      | 300 mg   | 43                                       |
| Niacine / Niacin  | 148 mg   | 925                                      | 15 mg  | 94                                       |
| Inuline / Inulin  | 19,8 g   |  | 1,9 g  |  |

<sup>1</sup> AJR (Pourcentage des apports journaliers recommandés pour un adulte) /  
NRV (percent of the daily reference intake value (adults))

<sup>2</sup> 200 ml de produit préparé avec 50,5 g de poudre et 1 litre de lait écrémé (0,3 % de matières grasses) / 200ml of the ready-to-consume product prepared with 50,5 g of powder and 1 liter of skimmed milk (0,3 % fat)

Le paquet contient 30 portions de 200 ml prêtes à consommer.  
The package produces 30 ready to use portions of 200 ml.

**FR INGRÉDIENTS:** Poudre de lactosérum enrichie en protéines, inuline (19,8 %), niacine, culture d'acide lactique (avec lait, lactose) (espèces de *Bifidobacterium*, *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus delbrueckii* subsp. *bulgaricus*, *Streptococcus thermophilus*), arôme naturel.

**EN INGREDIENTS:** Protein enriched whey powder, inulin (19,8 %), niacin, lactic acid culture (with milk, lactose) (*Bifidobacterium* species, *Lactobacillus acidophilus*, *Lactobacillus delbrueckii* subsp. *bulgaricus*, *Streptococcus thermophilus*), natural flavour.

FitLine®

Feel Good\*  
Yaourt à boire / Yoghurt-Drink



Exclusivement développé et fabriqué pour  
PM-International Group.  
Exclusively developed and manufactured  
for PM-International Group.

Breveté / Patented

Excellente qualité du produit selon les normes internationales GMP.  
Excellent product quality according to international GMP standards.

A consommer avant la date indiquée. Concernant le numéro de lot: voir côté et emballage individuel.  
Conservez dans un endroit frais et sec. / Ideally, keep pack in the refrigerator. Best before end and Lot No.: see side and individual package. Store in a cool, dry place.

**ATTENTION:** Veuillez noter qu'il est important de garantir une alimentation variée et équilibrée et un mode de vie sain. / **CAUTION:** Please note that it is important to ensure a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.

\* Le calcium contribue au fonctionnement normal des enzymes digestives.  
Calcium contributes to the normal function of digestive enzymes.

