

Sisältö keskimäärin Innehåll i genomsnitt	per 100 g jauhetta	per 100 g pulver	% NRV <sup>1</sup>	per käyttövalmis annos <sup>2</sup> per portion färdig shake <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Energia / Energi	1562 kJ / 372 kcal			868 kJ / 206 kcal	
Rasva / Fett	8,6 g			4,9 g	
josta tyydyttyneitä rasvahappoja / varav mättat fett	2,4 g			1,1 g	
Hiihihydraatti / Kolhydrater	35 g			16 g	
josta sokereita / varav socker	21 g			8,6 g	
Kuitu / Kostfiber	12 g			7,3 g	
Proteiini / Protein	31 g			20 g	
Suola / Salt	1,5 g			0,63 g	
A-vitamiini / Vitamin A	746 µg RE	93		241 µg RE	30
D-vitamiini / Vitamin D	4,7 µg	94		1,5 µg	30
E-vitamiini / Vitamin E	12 mg α-TE	98		3,8 mg α-TE	31
K-vitamiini / Vitamin K	71 µg	95		23 µg	31
C-vitamiini / Vitamin C	75 mg	94		24 mg	30
Tiamiini (B1-vitamiini) / Tiamin (Vitamin B1)	1,1 mg	95		0,34 mg	31
Riboflaviini (B2-vitamiini) / Riboflavin (Vitamin B2)	1,4 mg	100		0,45 mg	32
Niasini / Niacin	15 mg NE	94		4,8 mg NE	30
B6-vitamiini / Vitamin B6	1,3 mg	94		0,43 mg	30
Foolihappo / Folsyra	196 µg	98		63,3 µg	32
B12-vitamiini / Vitamin B12	2,3 µg	93		0,75 µg	30
Biotiini / Biotin	47 µg	94		15 µg	30
Pantoteenihappo / Pantotensyra	6,0 mg	100		1,9 mg	32
Kalsium / Kalcium	757 mg	95		284 mg	35
Fosfori / Fosfor	571 mg	82		340 mg	49
Rauta / Järn	18 mg	126		7,4 mg	53
Magnesium	210 mg	56		131 mg	35
Sinkki / Zink	11 mg	110		3,6 mg	36
Jodi / Jod	121 µg	81		45,1 µg	30
Kalium	927 mg	46		809 mg	40
Kupari / Koppar	0,9 mg	90		0,63 mg	63
Mangaani / Mangan	1,0 mg	50		0,94 mg	47
Seleeni / Selen	52 µg	95		17 µg	31

<sup>1</sup> NRV (prosenttia päivittäisestä saantiarvosta (aikuiset) /  
percent av dagligt referensvärde, (vuxen))

<sup>2</sup> valmis juoma sisältää 32,3 g jauhetta ja 300 ml makeuttamatonta soijajuomaa /  
Färdigblandad produkt framställd av 32,3 g pulver med 300 ml osötad sojadryck.

**FI AINESOSAT:** herneproteiini, sokeri, rasvaton kaakaojauhe, maltodekstriini, sakeuttamisaine (guarkumi, pektiini), soijajöly, auringonkukka-proteiini, luonnollinen aromi, kurpitsaproteiini, inuliini, kalsiumkarbonaatti, vihreä kahvipapu-uute, ortofosforihapon kalsiumsuolat, kaliumsitraatti, magnesiumkarbonaatti, ortofosforihapon kaliumsuolat, makeutusaine (steviolglykosidi (steviolglykosidi, aromi)), suola, nokkosuute (nokkosuute, maltodekstriini), vihreä mateuute (mateuute, maltodekstriini), C-vitamiini, sinkkigluconaatti, seleenillä rikastettu hiiva, niasini, E-vitamiini, mangaanigluconaatti, pantoteenihappo, antioksidantti (askorbyylipalmitaatti, luonnollinen tokoferolisekoitus), B<sub>2</sub>-vitamiini, B<sub>6</sub>-vitamiini, B<sub>12</sub>-vitamiini, A-vitamiini, foolihappo, kaliumjodidi, K<sub>1</sub>-vitamiini, biotiini, D<sub>2</sub>-vitamiini, B<sub>2</sub>-vitamiini.

**Laktoositon, Gluteeniton**

**SE INGREDIENSER:** Ärtprotein, socker, fettreducerat kakaopulver, maltodextrin, förtjockningsmedel (guargummi, pektin), sojajöly, solrosprotein, naturlig arom, pumpaprotein, inulin, kalciumkarbonat, grönt kaffebönextrakt, kaliumfosfater, kaliumcitrat, magnesiumkarbonat, dikalciumfosfat, sötningsmedel (steviolglykosider (steviolglykosider, arom)), salt, nässelextrakt (nässelextrakt, maltodextrin), grönt mateextrakt (mateextrakt, maltodextrin), vitamin C, zinkglukonat, selenberikat jäst, niacin, vitamin E, mangånglukonat, pantotensyra, antioxidanter (askorbylpalmitat, blandade naturliga tokoferoler), vitamin B<sub>12</sub>, vitamin B<sub>6</sub>, vitamin B<sub>1</sub>, vitamin A, folsyra, kaliumjodid, vitamin K<sub>1</sub>, biotin, vitamin D<sub>2</sub>, vitamin B<sub>2</sub>.

**Laktosfri, Glutenfri**

**VAROITUS:** Huomioi, että on tärkeää varmistaa tasapainoinen ja monipuolinen ruokavalio sekä terveet elämäntavat. On myös tärkeää nauttia riittävästi nestettä dieetin aikana (juo vähintään kaksi litraa kaloritonta nestettä päivässä). Tuote on tarkoitettu käytettäväksi ainoastaan osana vähäenergistä ruokavaliota. Muut elintarvikkeet ovat välttämätön osa tätä ruokavaliota. / **WARNING:** Observera att det är viktigt att säkerställa en varierad och balanserad kost och en hälsosam livsstil. Det är viktigt att upprätthålla ett tillräckligt dagligt vätskeintag under dieten (minst 2 liter kalorigfri vätska per dag). Produkten är användbar för dess avsedda bruk, endast som en del av en kalorireducerad kost. Andra livsmedel är en nödvändig del av denna diet.

\* Korvaamalla kaksi ateriaa päivässä ateriankorvikkeella yhdistettynä vähäenergiseseen dieettiin edistää painonpohdusta. / Att ersätta två huvudmåltider per dag med en energitött kosthållning genom måltidsersättningar bidrar till viktminskning.

\*\* Kupari edistää sidekudosten pysymistä normaalina. Mangaani edistää sidekudoksen normaalia muodostumista. / Koppar bidrar till att bibehålla normal bindväv. Mangan bidrar till normal bildning av bindväv.

FitLine®

ProShape

100%  
Vegan



Tarvittavissa  
Säverningsföreslag

**Valmistus (lue ohje huolellisesti):**

**Beredning (vänligen observera noga):**

**FI VALMISTUS:** Sekoita 2 rielua mittalusikallista (32,3 g) jauhetta 300 ml:aan makeuttamatonta soijajuomaa tai muuta kasvijuomaa\*\* shakerilla tai tehosekoittimella.  
**SUOSITUS:** Korvaa 1-2 ateriaa päivässä aina yhdellä pirtelöllä.  
1 pirtelö = 1 ateria.

**SE BEREDNING:** Blanda ca 2 något rågade måttskedar pulver (32,3 g) i 300 ml osötad sojadryck eller annan växtbaserad dryck\*\* med hjälp av en shake eller mixer.  
**REKOMMENDATION:** Ersätt 1-2 måltider om dagen med en shake.  
1 shake = 1 måltid.

\*\* laskettu makeuttamattomalla soijajuomalla / beräknad med osötad sojadryck

420 g e sisältää 13 annosta à 32,3 g jauhetta  
ger 13 portioner à 32,3 g pulver

Erinomainen laatu kansainvälisen GMP-standardin mukaan.  
Utmärkt produktkvalitet i enlighet med internationell GMP-standard.

Parasta ennen (kk/vv) loppua. Ks. päiväys sekä eränumero pohjamerkinästä. Säilytettävä kuivassa ja viileässä.  
Bäst före i slutet av (mm/åå). För bäst före och partinr: se botten. Förvaras torrt och svalt.

Kehitetty ja valmistettu yksinoikeudella PM-International Group:lle.  
Exklusivt producerad och utvecklad för PM-International Group.

Maahantuojat  
PM-International Finland Oy  
Porttikaaari 1 · 01200 Vantaa  
PM Sweden AB  
Box 1278 · S- 262 24 ÄNGELHOLM  
www.fitline.fi · www.fitline.com



PRODUCT QUALITY  
regularly independently  
TESTED by  
TUV SÜD ELAB  
www.tuev-sued.de/elab/pm

Tarvittavissa  
Säverningsföreslag