



KLUG ABNEHMEN

Inhalt: 1 l. Mit 1 l des Konzentrats können 14 Portionen (= ca. 14 l) des verbrauchsfertigen GLYCK-Getränks zubereitet werden.

Anwendung: Wir empfehlen, täglich 2 Portionen des verbrauchsfertigen GLYCK-Getränks, also 2 l, über den Tag gleichmäßig verteilt zu trinken. Eine Flasche GLYCK reicht in der Regel für 7 Tage.

Zubereitung: Pro Portion: 2 randvolle Messbecher (ca. 70 ml) GLYCK-Konzentrat mit Trinkwasser zu 1 l GLYCK-Getränk vermischen. Je nach Geschmacksvorlieben kann das Getränk mit kohlenstoffhaltigem oder kohlenstofffreiem Mineral- oder Trinkwasser zubereitet werden.

Warnung: Das GLYCK-Konzentrat darf nur mit Trinkwasser verdünnt getrunken werden. Vor Kindern geschützt aufbewahren.

Lagerung: Das GLYCK-Konzentrat sollte in der lichtgeschützten Originalflasche und verschlossen aufbewahrt werden. Pralles Sonnenlicht oder andere Wärmequellen vermeiden. Das verbrauchsfertige GLYCK-Getränk täglich frisch zubereiten. Bei Zimmertemperatur hält es sich einen Tag.

Tipps für eine Reduktionsdiät:

- Auf kohlenhydrathaltige Lebensmittel so weit wie möglich verzichten.
- Auf fettarme Lebensmittel und Zubereitung achten.
- Alkohol meiden.
- Viel Gemüse und Salat verzehren.
- 2 l GLYCK-Getränk über den Tag verteilt trinken.

Zutaten: Glycerol (Propan-1,2,3-triol), Wasser, roter Teeextrakt (3 %), Natriumchlorid, Säuerungsmittel: Zitronensäure, Calciumlactat, Magnesiumlactat, Zinksulfat, L-Ascorbat, Nicotinamid, Calcium-D-Pantothenat, Riboflavin, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminhydrochlorid, Beta-Carotin, Folsäure, Kaliumiodid, Phyllochinon, Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin.

Durchschnittliche Gehalte des verbrauchsfertigen GLYCK-Getränks:

| Zusammensetzung | je 100 ml** | % NRV* | pro Portion (1 l)** | % NRV* |
|------------------------------------|---------------|--------|---------------------|--------|
| Energie | 87 kJ/21 kcal | 1,05 | 870 kJ/210 kcal | 10,50 |
| Fett | < 0,1 g | 0,00 | < 0,1 g | 0,00 |
| davon gesättigte Fettsäuren | < 0,1 g | 0,00 | < 0,1 g | 0,00 |
| Kohlenhydrate | 0,15 g | 0,06 | 1,5 g | 0,60 |
| davon Zucker | 0,15 g | 0,06 | 1,5 g | 0,60 |
| Eiweiß | < 0,1 g | 0,00 | < 0,1 g | 0,00 |
| Salz | 0,03 g | 0,53 | 0,3 g | 5,30 |
| Vitamin C | 3,35 mg | 4,20 | 33,5 mg | 42,00 |
| Vitamin A | 33,49 µg | 4,20 | 335 µg | 42,00 |
| Thiamin | 46,05 µg | 4,20 | 460,5 µg | 42,00 |
| Riboflavin | 0,59 mg | 4,20 | 5,9 mg | 42,00 |
| Vitamin B6 | 0,59 mg | 4,20 | 5,9 mg | 42,00 |
| Vitamin B12 | 0,11 µg | 4,40 | 1,1 µg | 44,00 |
| Biotin | 2,09 µg | 4,20 | 20,9 µg | 42,00 |
| Folsäure | 15,07 µg | 7,50 | 150,7 µg | 75,00 |
| Niacin | 0,67 mg | 4,20 | 6,7 mg | 42,00 |
| Pantothenensäure | 0,25 mg | 5,00 | 2,5 mg | 50,00 |
| Vitamin D | 0,21 µg | 4,20 | 2,1 µg | 42,00 |
| Vitamin K | 3,14 µg | 4,20 | 31,4 µg | 42,00 |
| Calcium | 15,27 mg | 1,90 | 152,7 mg | 19,00 |
| Magnesium | 6,10 mg | 1,65 | 61 mg | 16,50 |
| Zink | 0,15 mg | 1,50 | 1,5 mg | 15,00 |
| Jod | 8,37 µg | 5,60 | 83,7 µg | 56,00 |

* Prozentsatz der Referenzmenge gemäß Anhang XIII der VO (EU) 1169/2011

** verbrauchsfertiges GLYCK

Hergestellt für:

Migasa GmbH & Co. KG, Bahnhofstraße 13, 49525 Lengerich, Deutschland.
Hergestellt in Deutschland.