

OPTIFAST



SANOFI DIABETES



Nestlé Health Science

NHS 690814

UM NOVO PROGRAMA
DE REEDUCAÇÃO ALIMENTAR,
COMBINANDO SABOR E NUTRIÇÃO
DE UM JEITO INOVADOR.

UMA COISA
ALIMENTA A OUTRA.



SANOFI DIABETES



Nestlé Health Science

SANOFI E NESTLÉ APRESENTAM OPTIFAST®

Sanofi Diabetes e Nestlé Health Science estão unidas por um desafio que é de todos nós: Auxiliar no gerenciamento de peso associado à reeducação alimentar, para sobrepeso ou obeso com diabetes associada. Por isso temos muito prazer em apresentar a linha Optifast.

- Apresentações variadas, de sabor agradável.
- Misturas para o preparo de refeições doces e salgadas.
- Podem ser utilizadas em diversas receitas para incluir seu toque pessoal.
- Ricos em proteínas, favorecendo a sensação de saciedade.¹⁻⁵

SANOFI DIABETES

Nestlé HealthScience

QUER COLOCAR MAIS SABOR NO SEU DIA-A-DIA? OPTIFAST TEM AS RECEITAS.

OMELETE

Despeje o conteúdo do sachê (30g) em um recipiente, adicione 150ml de água e mexa bem (com um garfo) até ficar homogêneo. Em uma frigideira antiaderente média, aqueça meia colher (chá) de azeite e despeje o conteúdo dissolvido cobrindo toda a superfície da frigideira. Deixe dourar na parte inferior, vire a omelete e deixe dourar do outro lado. Enrole e sirva.

Valores nutricionais por porção

Alto teor de proteínas:
21 gramas

Valor calórico: 120 kcal

Distribuição energética: 6%



Contém glúten.

BEBIDA

Adicione 4 colheres de sopa cheias (54g) em um copo com 180ml de água e MISTURE BEM com uma colher, até dissolver. Para uma melhor dissolução, bata no liquidificador ou misture em uma coqueteleira.

Valores nutricionais por porção

Alto teor de proteínas:
18 gramas

Fonte de fibras:
3,7 gramas

Valor calórico:
200 kcal

Distribuição energética: 10%



Contém glúten.

MOUSSE

Despeje o conteúdo do sachê (54g) em um recipiente, adicione 120ml de água gelada e misture rapidamente com uma colher, até a completa dissolução. Aguardar 1 minuto até a mistura ficar consistente e consuma.



Contém glúten.

Valores nutricionais por porção

Alto teor de proteínas: 18 gramas

Fonte de fibras alimentares: 3,8 gramas
Sem adição de açúcares.

Contém açúcares próprios dos ingredientes. Este não é um alimento de valor energético baixo nem reduzido.

Valor calórico: 200 kcal

Distribuição energética: 10%

SOPA

Despeje o conteúdo do sachê (54g) em um recipiente, adicione 200ml de água quente (máximo 60°C) e misture bem com uma colher até que fique homogêneo. Sirva a seguir.

Valores nutricionais por porção

Alto teor de proteínas:
17 gramas

Fibra: 3,8 gramas

Valor calórico: 201 kcal

Distribuição energética: 10%



Contém traços de ovo, soja e mostarda. Contém glúten.

*Valores diários de referência com base em uma dieta de 2000 Kcal ou 8400 KJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

Referências: 1. Poppitt SD, et al. Short-term effects of macronutrient preloads on appetite and energy intake in lean women. *Physiol Behav.* 1998 Jun;64(3):279-85. 2. Halton TL, et al. The effects of high protein diets on thermogenesis, satiety and weight loss: a critical review. *J Am Coll Nutr.* 2004 Oct;23(5):373-85. 3. Westertorp-Plantenga M. The significance of protein in food intake and body weight regulation. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care.* 2003 Nov;6(6):635-8. 4. Weinheimer EM, et al. A systematic review of the separate and combined effects of energy restriction and exercise on fat-free mass in middle-aged and older adults: implications for sarcopenic obesity. *Nutr Rev.* 2010 Jul;68(7):375-88. 5. Pasiakos SM, et al. Effects of high-protein diets on fat-free mass and muscle protein synthesis following weight loss: a randomized controlled trial. *FASEB J.* 2013 Sep;27(9):3837-47.