

### Anwendung und Zubereitung als Tagesration:

Ersetzen Sie alle Mahlzeiten über einen von Ihnen selbst bestimmten Zeitraum durch jeweils fünf Portionen Layenberger Fit+Feelgood pro Tag. **Für eine Portion nehmen Sie drei gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) und 200ml kaltes Wasser und bereiten den Shake am besten in einem Handshaker oder Mixer zu.** 20 Sekunden shaken und dann in kleinen Schlucken trinken. Etwa alle drei Stunden eine Portion zubereiten und immer fünf Portionen am Tag trinken. Nur so ist gewährleistet, dass trotz reduzierter Kalorienaufnahme (825 kcal/Tag), Ihr Körper mit allen lebenswichtigen Nährstoffen in ausreichender Menge versorgt wird. Zu den Diät-Shakes immer noch ein großes Glas Wasser zusätzlich trinken (mindestens 2-3 Liter Wasser täglich), damit das Glucomannan in den Magen gelangt. Alle Fit+Feelgood Diät Pulver sind miteinander kombinierbar. Bei richtiger Anwendung ist eine ernährungsbedingte Unterversorgung ausgeschlossen. Mit dem Inhalt dieser Dose können Sie für 2 Tage Ihre komplette Ernährung ersetzen.

### Anwendung und Zubereitung als Mahlzeitenersatz:

Das Ersetzen von zwei der täglichen Mahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung trägt zu Gewichtsabnahme bei. Das Ersetzen von einer der täglichen Mahlzeiten im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung trägt dazu bei, das Gewicht nach Gewichtsabnahme zu halten. Das Produkt erfüllt nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung den angestrebten Zweck, andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Auch bei dieser Anwendungsform sollten Sie viel Wasser trinken (2-3 Liter pro Tag). **Für eine Fit+Feelgood Mahlzeit nehmen Sie drei gehäufte Dosierlöffel Pulver (43g) und 250ml kalte, fettarme Milch (1,5% Fett) und bereiten den Shake am besten in einem Handshaker oder Mixer zu.** 20 Sekunden shaken und dann in kleinen Schlucken trinken. Mit dem Inhalt dieser Dose können Sie **10 Mahlzeiten** ersetzen.

LAYENBERGER®  
PREMIUM PRODUCTS

# FIT+ FEELGOOD Diät

- ⊕ zur Gewichtsreduktion und -kontrolle
- ⊕ mit hohem Proteingehalt
- ⊕ Ballaststoffquelle
- ⊕ garantiert glutenfrei



**SCHOKO-NUSS** Geschmack

Mit der Fit+Feelgood Diät „Made in Germany“ verwenden Sie ein absolut hochwertiges, regelmäßig geprüftes Qualitätsprodukt. Bei richtiger Anwendung erhält Ihr Körper mit Fit+Feelgood, trotz reduzierter Kalorienzufuhr, alle lebenswichtigen Nährstoffe die er braucht. **Glucomannan trägt im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung zu Gewichtsverlust bei.** Die positive Wirkung von Glucomannan stellt sich bei einer täglichen Aufnahme von 3g Glucomannan in drei Portionen à 1g in Verbindung mit 1-2 Gläsern Wasser vor den Mahlzeiten und im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung ein. Diese Voraussetzungen sind erfüllt, wenn Sie unser Produkt wie angegeben als Tagesration zubereiten und verzehren. Die ausgewogene Zusammensetzung, der exzellente Geschmack und die gute Verträglichkeit von Fit+Feelgood unterstützen Sie auf Ihrem Weg zur Wunschfigur.

**Hinweise:** Achten Sie auf eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Regelmäßige körperliche Aktivität und Fit+Feelgood helfen Ihnen Ihr Wunschgewicht zu erreichen. Möchten Sie die Fit+Feelgood Diät in der Anwendung als Tagesration länger als 3 Wochen durchführen besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt. Laut Gesetz besteht bei Glucomannan die Verpflichtung des Hinweises, dass bei Personen mit Schluckbeschwerden und/oder unzureichender Flüssigkeitszufuhr Erstickungsgefahr besteht. Die Zubereitungshinweise sind einzuhalten. Weitere Tipps und Hinweise finden Sie unter: [www.fit-und-feelgood.de](http://www.fit-und-feelgood.de)

**Zutaten:** Molkeeiweiß-Konzentrat, Sojaeiweiß-Isolat, Milcheiweiß-Konzentrat, Sojaöl, Maisstärke, Mais-Dextrin, Inulin, Kakaopulver (4,0%), Glucomannan (Konjac Mannan), Maltodextrin, Kaliumcitrat, Aroma, pflanzliches Öl (Palmöl), Kaliumchlorid, Süßungsmittel (Natriumcyclamat, Sucralose, Saccharin), Di-Natriumphosphat, Magnesiumcarbonat, Tri-Calciumphosphat, Emulgator Soja-Lecithin, Eisen-(III)-diphosphat, L-Ascorbinsäure, Nicotinamid, DL-alpha-Tocopherol, Zinkoxid, Calcium-D-pantothenat, Mangan-(II)-sulfat, Vitamin B2 (Riboflavin), Kupfercarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Retinylacetat, Pteroylmonoglutaminsäure, Natriumselenit, D-Biotin, Cholecalciferol, Cyanocobalamin  
Kann Spuren von Hühnerei-Eiweiß enthalten.

Nährwertangaben Durchschnittlicher Gehalt	Einheit	in 100g Pulver	% NRV <sup>1</sup>	pro Portion Tagesration 43g Pulver + 200ml Wasser	% NRV <sup>1</sup>	pro Mahlzeit 43g Pulver + 250ml Milch (1,5% Fett)	% NRV <sup>1</sup>
Energie	kJ kcal	1616 384		695 165		1189 283	
Fett	g	8,7		3,7		7,7	
- davon gesättigte Fettsäuren	g	1,7		0,7		3,0	
- davon einfach ungesättigte Fettsäuren	g	2,2		0,9		1,9	
- davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	g	4,9		2,1		2,2	
Kohlenhydrate	g	35,0		15,1		27,1	
- davon Zucker	g	22,3		9,6		21,6	
Ballaststoffe	g	10,3		4,4		4,4	
Eiweiß	g	36,5		15,7		24,1	
Salz	g	1,3		0,55		0,84	
Vitamin A	µg	620	78	266	33	299	37
Vitamin D	µg	3,3	66	1,4	28	1,5	30
Vitamin E	mg	10,0	83	4,3	36	4,3	36
Vitamin C	mg	30,0	38	12,9	16	17,1	21
Vitamin B1	mg	1,1	100	0,47	43	0,56	51
Vitamin B2	mg	2,3	164	1,0	71	1,4	100
Niacin	mg	12,9	81	5,5	34	5,7	36
Vitamin B6	mg	1,0	71	0,45	32	0,57	41
Folsäure	µg	211	106	90,9	45	102	51
Vitamin B12	µg	4,3	172	1,8	72	2,9	116
Biotin	µg	51,2	102	22,0	44	30,8	62
Pantothensäure	mg	3,3	55	1,4	23	2,3	38
Calcium	mg	419	52	180	23	475	59
Phosphor	mg	558	80	240	34	467	67
Kalium	mg	1688	84	726	36	1113	56
Eisen	mg	12,0	86	5,2	37	5,3	38
Zink	mg	6,8	68	2,9	29	3,8	38
Kupfer	mg	1,1	110	0,49	49	0,51	51
Jod	µg	82,3	55	35,4	24	43,6	29
Selen	µg	42,4	77	18,2	33	25,7	47
Magnesium	mg	127	34	54,9	15	84,9	23
Mangan	mg	0,95	48	0,41	21	0,41	21
Natrium	mg	508		218		336	
Linolsäure	g	4,2		1,8		1,8	
Glucomannan	g	2,33		1,0		1,0	

<sup>1</sup>NRV = % der Nährstoffbezugswerte (nach VO (EG) Nr. 1169/2011)

Durchschnittlicher Brennwert pro 100 ml verzehrfertige Zubereitung  
- der Portion der Tagesration **286 kJ (67,9 kcal)**  
- als Mahlzeit **406 kJ (96,6 kcal)**

**Schlank-Diät-Drink**  
Tagesration für gewichtskontrollierende Ernährung, mit Glucomannan und Süßungsmitteln.

**Inhalt: 10 Portionen à 43 g entsprechen 2 Tagesrationen** auch zu verwenden als Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung.

**Inhalt e 430 g**

**Dosierlöffel beiliegend.**  
Zur exakten Dosierung Abwiegen empfohlen.

Mindestens haltbar bis Ende: siehe Dosenboden. Füllhöhe variabel und technisch bedingt. Gewicht kontrolliert. Trocken lagern und vor Wärme schützen. Nach dem Öffnen rasch aufbrauchen.

In Deutschland exklusiv hergestellt für:  
Layenberger Nutrition Group GmbH  
Am Tränkwald 10 · D-67688 Rodenbach



Das INSTITUT FRESENIUS Qualitätssiegel steht für eine stets hochwertige, unabhängig geprüfte Produktqualität.



<sup>1</sup>berechnet nach II/FAD/WHO 1985



PZN-06578295

