

Ingrédients

Protéines de lait bio (origine : Suisse), butternut (14,1 g), extrait de manioc bio, farine de sarrasin bio, farine de châtaigne bio, lin jaune bio, huile de tournesol oléique, protéines de pois bio, oignon bio (4,5 g), agave bio, malate de citrulline (2 g), lait de coco bio, maca bio, BCAA (L-Leucine (500 mg), L-Isoleucine (250 mg), L-Valine (250 mg)), créatine (1 g), curcuma bio, baies d'açaï bio, extraits et concentrés de fruits et légumes (thé vert, pépins et marc de raisin, myrtille, carotte, pamplemousse, papaye, ananas, fraise, pomme, abricot, cerise, orange, tomate, cassis, brocoli, chou vert, oignon, ail, asperge, concombre), lactose, spiruline bio, chlorella bio, antioxydant : extrait naturel de romarin bio, poivre noir bio, probiotiques.

Minéraux ajoutés : chlorure de sodium, chlorure de potassium, citrate de fer, gluconate de zinc, iodure de potassium, molybdate de sodium, sélénite de sodium, chlorure de chrome.

Vitamines ajoutées : A, B2, B3, B5, B6, B8, B9, C (acérola), D3, K2.

Allergène : lait (lactose). Peut contenir des traces d'amande.

Infos nutritionnelles

RECOVER Phase 3 - Butternut

Valeurs nutritionnelles moyennes	RECOVER Phase 3 - Butternut		
	Pour 100g	Par bouteille ⁽¹⁾	% des AR ⁽²⁾ par bouteille ⁽¹⁾
Énergie	375 kcal / 1569 kJ	400 kcal	20 %
Lipides	9,5 g	10,1 g	14,4 %
dont acides gras saturés	1,7 g	1,8 g	8,9 %
triglycérides à chaîne moyenne	0,5 g	0,5 g	-
dont acides gras mono-insaturés	4,3 g	4,5 g	-
dont acides gras poly-insaturés	1,8 g	1,9 g	-
oméga 6	0,87 g	0,92 g	-
oméga 3	0,86 g	0,92 g	-
Glucides	49,1 g	52,1 g	20,1 %
dont sucres	10,4 g	11,0 g	12,3 %
Fibres alimentaires	5,6 g	5,9 g	-
Protides	25,0 g	26,6 g	53,2 %
dont protéines	24,1 g	25,6 g	51,3 %
dont acides aminés ramifiés (BCAA)	0,9 g	1 g	-
Sel	0,95 g	1,0 g	17,0 %

1 bouteille = 20% des apports journaliers

Indice ORAC = 1326/bouteille
Indice Glycémique faible = 24
Ratio oméga 3/6 optimal = 1

Ingrédients naturels issus de l'agriculture biologique

Équivaut à 2 portions de fruits et légumes



Faible en sucre
Haute digestibilité
Superaliments

Le meilleur de la nutrition. Simplement.

⁽¹⁾ 1 bouteille = 106 g de Vitaline ⁽²⁾ Apports de Référence pour un adulte-type (8400 kJ/2 000 kcal/jour)

⁽³⁾ Valeurs Nutritionnelles de Référence pour un adulte-type (8400 kJ/2 000 kcal/jour)

Vitamines

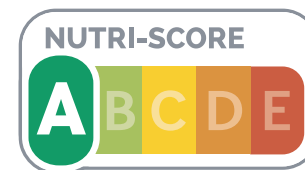
	Par bouteille ⁽¹⁾	% des VNR ⁽³⁾ par bouteille ⁽¹⁾
Vitamine A	230,9 µg	30,8%
Vitamine B1	185,5 µg	23,2%
Vitamine B2	395,5 µg	24,7%
Vitamine B3	3,7 mg	26,4%
Vitamine B5	2,5 mg	50,1%
Vitamine B6	660,1 µg	38,8%
Vitamine B8	17,8 µg	44,4%
Vitamine B9	102,3 µg	31,0%
Vitamine B12	2,2 µg	55,5%
Vitamine C	92,8 mg	84,4%
Vitamine D3	3,5 µg	23,4%
Vitamine E	3,8 mg	29,5%
Vitamine K1+K2	21,3 µg	30,4%

Minéraux

	Par bouteille ⁽¹⁾	% des VNR ⁽³⁾ par bouteille ⁽¹⁾
Magnésium	94,8 mg	27,1%
Calcium	495,6 mg	52,2%
Fer	4,7 mg	43,1%
Sodium	407,7 mg	17,0%
Potassium	706,4 mg	20,2%
Zinc	2,4 mg	23,5%
Cuivre	288,7 µg	18,0%
Iode	52,1 µg	34,7%
Phosphore	363,0 mg	66,0%
Sélénium	14,7 µg	20,9%
Chrome	18,4 µg	46,0%
Manganèse	0,5 mg	16,0%
Chlorure	320,0 mg	40,0%
Molybdène	32,1 µg	49,4%

Acides aminés

	Par bouteille ⁽¹⁾	% des VNR ⁽³⁾ par bouteille ⁽¹⁾
Isoleucine	1,52 g	108,6%
Leucine	2,92 g	106,9%
Lysine	1,99 g	94,9%
Méthionine et cystéine	0,86 g	81,7%
Phénylalanine et tyrosine	2,37 g	135,5%
Thréonine	1,11 g	105,3%
Tryptophane	0,30 g	108,9%
Valine	1,84 g	94,1%
Histidine	0,69 g	98,5%



Préparation

