

# modifast®

LUNCH



## FACHINFORMATIONEN

Vertrieb in Deutschland und Österreich:  
OTC SIEBENHANDL GmbH, Lämmerweg 29, D-89079 Ulm, +49 7305 96700  
[www.modifast.de](http://www.modifast.de)  
[www.otc-siebenhandl.de](http://www.otc-siebenhandl.de)

# modifast<sup>®</sup> LUNCH

**Inhaltsstoffe:** Milchprotein, Kohlenhydrate, Ballaststoffe, Natrium, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente

**Hersteller:** Nutrition et Santé S.A.S., Revel, France

## **Apothekenpflichtig**

### **Was ist modifast<sup>®</sup>?**

modifast<sup>®</sup> ist ein umfassendes Ernährungskonzept zur Gewichtsreduktion und Gewichtskontrolle. modifast<sup>®</sup> Lunch entspricht den gesetzlichen Vorgaben einer LCD-Diät (Low Calorie Diet) gemäß EU Richtlinie 96/8/EG und besteht aus diätetisch ausgewogenen Lebensmitteln, die als Ersatz einer oder mehrerer Mahlzeiten pro Tag für eine gewichtsreduzierende oder -kontrollierende Ernährung verwendet werden. Der bilanzierte Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen sowie essentiellen Fettsäuren und Kohlenhydraten stabilisieren den Stoffwechsel. Leistungsfähigkeit und Muskelmasse bleibt erhalten.

### **Darreichungsform**

Riegel einzeln verpackt, jeweils 31g. 6 Riegel pro Packung (entspricht 186 g) modifast<sup>®</sup> Lunch enthalten.

### **Anwendungsgebiete**

modifast<sup>®</sup> Lunch wird verwendet zur Gewichtsreduktion und Gewichtskontrolle.

### **Verwendung und Verzehrempfehlung**

Für den Ersatz einer oder mehrerer Mahlzeiten und sofern ärztlich nicht anders empfohlen werden pro Mahlzeit 2 Riegel modifast<sup>®</sup> Lunch (entspricht ca. 237 kcal) verzehrt. Keine Zubereitung notwendig.

modifast<sup>®</sup> Lunch erfüllt seinen Zweck nur im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung. Nur bei Einhaltung der Verwendungs- und Verzehrempfehlung kann der angestrebte Erfolg der gewichtskontrollierenden Ernährung erreicht werden.

### **Anwendungshinweis**

Es ist erforderlich, zusätzlich zum Verzehr täglich mindestens zwei Liter eines kalorienfreien oder -armen Getränks, z. B. Wasser oder ungesüßten Tee zu trinken. modifast<sup>®</sup> Lunch ist auch für Diabetiker geeignet.

### **Warnhinweis**

modifast<sup>®</sup> Lunch ist bei Laktose-, Fruktose- und Histaminintoleranz nicht oder nur unter ärztlicher Begleitung geeignet.

## RIEGEL SCHOKOLADE

PZN 6139609

### ZUTATEN

Milcheiweiss (mit Säureregulatoren Kalium- und Calciumphosphat), 20% Milchsokolade - Couverture (Zucker, Kakaobutter, Magermilchpulver, Milchserum, Kakaomasse, Milchfett, Emulgator Sojalecithin, natürliches Aroma, Glukose), Fruktosesirup, Stabilisator Sorbitol, Fruktose, Fructo-Oligosaccharide-Sirup, fettarmes Kakaopulver, 4% Schokoladenstückchen (Kakaomasse, Zucker, Emulgator Sojalecithin, Kakaobutter), Distelöl, Kaliumcitrat, Natriumcitrat, Calciumcarbonat, Aroma, Magnesiumphosphat, Emulgator Sojalecithin, Glukosesirup getrocknet, Vitamin C, Antioxidationsmittel Ascorbylpalmitat und alpha-Tocopherol, Vitamin E, Zinksulfat, Niacin, Eisen, Vitamin A, Manganglukonat, Pantothensäure, Vitamin D, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B6, Vitamin B12, Kupfercitrat, Folsäure, Kaliumiodid, Natriumselenit, Biotin, Trennmittel Raps- und Sojaöl, Laktose.

NÄHRSTOFFE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Brennwert	1607 kJ	997 kJ	-
	382 kcal	237 kcal	-
Eiweiß	25 g	15,5 g	-
Kohlenhydrate	46,5 g	28,8 g	-
• davon Zucker	36,4 g	22,6 g	-
Fett	11,1 g	6,9 g	-
• davon gesättigte Fettsäuren	6 g	3,7 g	-
• davon einfach ungesättigte Fettsäuren	3,4 g	2,1 g	-
• davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	1,7 g	1,1 g	-
Ballaststoffe	4,8 g	3 g	-
Natrium	0,35 g	0,22 g	-

VITAMINE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Vitamin A	350 µg	217 µg	27 %
Vitamin D	2,5 µg	1,6 µg	32 %
Vitamin E	5 mg	3,1 mg	26 %
Vitamin B1	0,6 mg	0,37 mg	34 %
Vitamin B2	1,2 mg	0,74 mg	53 %
Vitamin B6	0,9 mg	0,56 mg	40 %
Vitamin B12	1,6 µg	1 µg	40 %
Vitamin C	32 mg	19,8 mg	25 %
Biotin	8 µg	5 µg	12 %
Folsäure	100 µg	62 µg	31 %
Niacin	9,5 mg	5,9 mg	37 %
Pantothensäure	2,3 mg	1,4 mg	24 %

MINERALSTOFFE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Calcium	340 mg	211 mg	26 %
Magnesium	100 mg	62 mg	17 %
Phosphor	380 mg	236 mg	34 %
Kalium	1000 mg	620 mg	31 %

SPURENELEMENTE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Eisen	13 mg	8 mg	58 %
Kupfer	0,6 mg	0,37 mg	37 %
Mangan	0,9 mg	0,56 mg	28 %
Zink	8,3 mg	5,1 mg	51 %
Selen	32 µg	19,8 µg	36 %
Jod	64 µg	39,7 µg	26 %

\* ETD: empfohlene Tagesdosis

## RIEGEL KARAMELL

PZN 6139590

### ZUTATEN

Milcheiweiss (mit Säureregulatoren Kalium- und Calciumphosphat), Fruktosesirup, 20% Milchsokolade-Couverture (Zucker, Kakaobutter, Magermilchpulver, Milchserum, Kakaomasse, Milchlaktose, Emulgator Sojalecithin, natürliches Vanillearoma, Glukose), Fruktose, Fructooligosaccharid-Sirup, 4% Schokoladenstückchen (Kakaomasse, Zucker, Emulgator Sojalecithin, Kakaobutter), Stabilisator Sorbit, Distelöl, Kaliumcitrat, Nahrungsfasern, Natriumcitrat, Calciumcarbonat, Magnesiumphosphat, Aroma, fettarmes Kakaopulver, Emulgator Rapslecithin, Glukosesirup getrocknet, Vitamin C, Vitamin E, Zinksulfat, Niacin, Eisen, Vitamin A, Manganglukonat, Pantothensäure, Vitamin D, Vitamin B1, Vitamin B2, Vitamin B6, Vitamin B12, Kupfercitrat, Folsäure, Kaliumiodid, Natriumselenit, Biotin, Antioxidationsmittel Ascorbylpalmitat und alpha-Tocopherol, Trennmittel Raps- und Sojaöl, Laktose.

NÄHRSTOFFE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Brennwert	1608 kJ	997 kJ	-
	382 kcal	237 kcal	-
Eiweiß	24,6 g	15,3 g	-
Kohlenhydrate	47 g	29,1 g	-
• davon Zucker	38,6 g	23,9 g	-
Fett	10,9 g	6,8 g	-
• davon gesättigte Fettsäuren	5,7 g	3,5 g	-
• davon einfach ungesättigte Fettsäuren	3,1 g	1,9 g	-
• davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	2,1 g	1,3 g	-
Ballaststoffe	4,6 g	2,9 g	-
Natrium	0,35 g	0,22 g	-

MINERALSTOFFE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Calcium	340 mg	211 mg	26 %
Magnesium	95 mg	59 mg	16 %
Phosphor	380 mg	236 mg	34 %
Kalium	1000 mg	620 mg	31 %

VITAMINE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Vitamin A	350 µg	217 µg	27 %
Vitamin D	2,6 µg	1,6 µg	32 %
Vitamin E	4,9 mg	3 mg	30 %
Vitamin B1	0,8 mg	0,5 mg	36 %
Vitamin B2	1,2 mg	0,74 mg	53 %
Vitamin B6	0,9 mg	0,56 mg	40 %
Vitamin B12	1,7 µg	1,1 µg	42 %
Vitamin C	25 mg	15,5 mg	19 %
Biotin	10 µg	6,2 µg	12 %
Folsäure	115 µg	71 µg	36 %
Niacin	9,5 mg	5,9 mg	37 %
Pantothensäure	2,3 mg	1,4 mg	24 %

SPURENELEMENTE			
	Pro 100g	Pro Mahlzeit (62g) = 2 Riegel	% ETD* pro Mahlzeit
Eisen	11 mg	6,8 mg	49 %
Kupfer	0,6 mg	0,37 mg	37 %
Mangan	0,9 mg	0,56 mg	28 %
Zink	8,3 mg	5,1 mg	51 %
Selen	32 µg	19,8 µg	36 %
Jod	64 µg	39,7 µg	26 %

\* ETD: empfohlene Tagesdosis