



## Σχεδιασμένο για ασθενείς βαριατρικής.

Το Formulite αναπτύχθηκε με επαγγελματίες φροντίδες υγείας προκειμένου να υποστηρίξει τους ασθενείς με την καλύτερη δυνατή διατροφή πριν και μετά την εγχείρηση.

Για να βοηθήσετε το στομάχι σας για το νέο του μέγεθος και να περιορίσετε το μέγεθος του ήπατος σας, προκειμένου να κάνετε πιο ασφαλή την εγχείρηση, η τήρηση της Δίαιτας Χαμηλών Θερμίδων Formulite για 2-3 εβδομάδες προ της εγχείρησης απώλειας βάρους συνιστάται από πολλούς βαριατρικούς χειρουργούς ιατρικής και διατροφολόγους. Η συγκεκριμένη προεγχειρητική δίαιτα θα περιλαμβάνει στη θέση γευμάτων σέικ και μπάρες, σουπές και μερικά λαχανικά με χαμηλό άμυλο.

Μαζί με την ταχεία απώλεια βάρους έρχεται και η ανάγκη για αύξηση της πρόσληψης πρωτεΐνης σας, όπως συνιστάται από τον βαριατρικό διατροφολόγο σας. Η αυξημένη πρωτεΐνη είναι αναπόσπαστο κομμάτι για τη διατήρηση της μυϊκής μάζας, επομένως είναι σημαντικό να επιλέγετε σέικ και μπάρες που είναι πλούσιες σε πρωτεΐνη αλλά επίσης περιέχουν και τα οφέλη από πρόσθετες βιταμίνες και μέταλλα, όπως το Formulite.

## Πρόγραμμα γεύματος προ-Βαριατρικής Χειρουργικής

Πρωινό  
1 Formulite Σέικ



Πρωινό Σνακ  
½ Μπάρα Formulite +  
Τσάι Βοτάνων

Μεσημεριανό  
½ Μπάρα Formulite +  
Ελληνική Σαλάτα



Απογευματινό Σνακ  
1 Formulite Σέικ



Βραδινό  
1 Σούπα Λούπινου Formulite



Δείπνο  
2 Φρούτα του Πάθους &  
1 Τσάι Βοτάνων

Η Formulite είναι μία επιχείρηση με έδρα τη Βικτώρια δεσμευμένη να βοηθάει τους Αυστραλούς μέσω διατροφικά ολοκληρωμένων λύσεων απώλειας βάρους.



Σκανάρετε εδώ για να επισκεφθείτε το [formulite.com.au](http://formulite.com.au)

# Χρειάζεται να χάσετε βάρος;

Το Formulite θα μπορούσε να είναι ακριβώς εκείνο που ο γιατρός πρότεινε.



FORMULITE®

Δε γίνω γεύματος μίας μόνο ημέρας. Επισκεφθείτε τον χειρουργό βαριατρικής ιατρικής ή τον διατροφολόγο σας για μια δίαιτα που είναι καταλληλή για εσάς.

## Σέικ αντικατάστασης γευμάτων

Γνωρίζουμε ότι η βαριατρική χειρουργική επηρεάζει τη γεύση και τη διατροφική ανοχή, για αυτό κάναμε το σέικ μας λιγότερο γλυκό από τα περισσότερα - και όλα αυτά διατηρώντας τη λακτόζη χαμηλή!



33,9 γρ. μείγματος πρωτεΐνης υψηλής ποιότητας



3,8 γρ. ζάχαρης φυσικής προέλευσης από τυρόγαλο & καθόλου τεχνητά γλυκαντικά!



Μόνο 10,4 γρ.\* υδατάνθρακες



Χωρίς γλουτένη και μόνο 2,4 γρ. λακτόζης έτσι ώστε να είναι πιο εύκολο για τη μικροσκοπική κοιλιά σας



Πρόσθετα προβιοτικά για να υποστηρίξουν την υγεία του εντέρου.

\* Μέσος όρος και στις 5 γεύσεις σέικ



Πραλίνα  
φουντουκιού  
Κρεμώδης Βανίλια  
Καφές  
Κηρήθρα Μελιού  
Μπανάνα

## Μπάρες αντικατάστασης γευμάτων

Επιστημονικά διαμορφωμένη, κάθε μπάρα μας σας προφέρει ένα ισορροπημένο μείγμα πρωτεϊνών, φυτικών ινών και 24 απαραίτητων βιταμινών και μετάλλων.



Υψηλή πρωτεΐνη, περίπου 20 γρ ανά μερίδα



Υπέροχη γεύση και υφή - χωρίς πρωτεϊνική επίγευση!



Τέλειο για το δρόμο και για εκείνους που χρειάζονται ένα γρήγορο διάλειμμα για φαγητό



Χωρίς γλουτένη



Συσκευασμένο σε δύο τεμάχια για να είναι απλή η διανομή σε μερίδες



Τραγανή Σοκολάτα

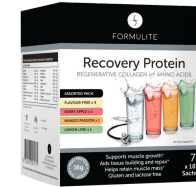


Λεμόνι & Καρύα

## Πρωτεΐνη αποκατάστασης

ΟΛΛΑΓΟΝΟ ΑΝΑΔΟΜΗΣΗΣ and AMINO ACIDS

Αυτή η φόρμουλα μίας ημέρας είναι εμπλουτισμένη με αμινοξέα και υδρολυμένο κολλαγόνο για να διευκολύνει την ανεκτικότητα της μετεγχειρητικής αποκατάστασης. Απλά ανακατέψτε τις υπέροχες γεύσεις με νερό.



Πάνω από 15 γρ. πρωτεΐνης με βάση το κολλαγόνο



Υποστηρίζει την αναδόμηση των ιστών & διατηρεί τη μυϊκή μάζα



Διατίθεται και σε επιλογή χωρίς γεύση

## Σούπα Λουπίνου

Ένα χορταστικό σνακ διαθέσιμο με γεύση κοτόπουλο, μοσχάρι ή λαχανικά.



12 - 22 γρ πρωτεΐνης ανά μερίδα



Μόνο 2 γρ υδατάνθρακες



Χωρίς γλουτένη και λακτόζη

## Προ & Μετεγχειρητικές συμβουλές για βαριατρικούς ασθενείς

Βάλτε το σέικ σας στο ψυγείο για 20 λεπτά για να πηξει.

Πάντα να έχετε μία μπάρα αντικατάστασης γεύματος στην τσάντα ή στο αυτοκίνητό σας, για την περίπτωση που υπάρχουν περιορισμένες επιλογές φαγητού για εσάς.

Θυμηθείτε να μαζέψετε την σούπα λουπίνου από τον πάτο του μπολ για να απολαύσετε όλη την ομορφιά των λουπίνων.

Χρησιμοποιήστε το μπουκάλι μπλέντερ Formulite για να συνδυάσετε την Πρωτεΐνη Ανάρρωσης σας για ένα εύκολο μείγμα.



## Συνιστάται από τους κορυφαίους γιατρούς απώλειας βάρους της Αυστραλίας

Όταν οι ασθενείς χρειάζεται να χάσουν βάρος, ένας αυξανόμενος αριθμός γιατρών και διατροφολόγων προσφέρουν την ίδια συμβουλή: χρησιμοποιήστε το Formulite.

Και με μία μεγάλη ποικιλία από υπέροχα σέικ και μπάρες, Πρωτεΐνη Αποκατάστασης και σούπες λούπινου, υπάρχει ένα πλήθος επιλογών για να ικανοποιήσουν κάθε διάθεση στην οποία βρίσκεστε. Η απώλεια βάρους ποτέ δεν είχε γεύση τόσο ωραία.

## Ποιον βοηθάει;

Το Formulite αναπτύχθηκε με επαγγελματίες φροντίδας υγείας για να βοηθήσει τους ανθρώπους να χάσουν βάρος. Η απώλεια βάρους μπορεί να βοηθήσει στη διαχείριση των:

- Διαβήτης Τύπου 2
- Υπνική άπνοια
- Καρδιακή πάθηση
- ή προετοιμασία για εγχείρηση
- θέματα γονιμότητας
- Οστεοαρθρίτιδα
- Λιπώδης Ηπατική νόσος

## Σχέδιο Γεύματος Απώλειας Βάρους

### Πρωινό

1 Σέικ Formulite ή Μπάρα & ένα φρούτο



### Πρωινό Σνακ

Υγιεινό Σνακ  
200 γρ Ελληνικού Γιαουρτιού

### Μεσημεριανό

1 Σέικ ή Μπάρα Formulite.



### Απογευματινό Σνακ

Υγιεινό Σνακ 2 Ακτινίδια,  
30 γρ ωμά αμύγδαλα

### Βραδινό

Ταϊλανδέζικα Μπιφτέκια  
Κοτόπουλου με Ασιατική Σαλάτα



Τα προϊόντα Formulite θα πρέπει να χρησιμοποιούνται υπό ιατρική επίβλεψη.

Η Formulite είναι μία επιχείρηση με έδρα τη Βικτώρια δεσμευμένη να βοηθάει τους Αυστραλούς μέσω διατροφικά ολοκληρωμένων λύσεων απώλειας βάρους.



Σκανάρετε εδώ για να επισκεφθείτε το [formulite.com.au](http://formulite.com.au)

# Χρειάζεται να χάσετε βάρος;

Το Formulite θα μπορούσε να είναι ακριβώς εκείνο που ο γιατρός πρότεινε.



FORMULITE®

Δείγμα γεύματος, μίας μόνο ημέρας. Επισκεφθείτε τον χειρουργό βαριατρικής, υπέρβητος ή τον διατροφολόγο σας για μία δίαιτα που είναι κατάλληλη για εσάς.

# Σέικ Αντικατάστασης Γευμάτων

ΠΡΩΤΕΪΝΗ ΤΥΡΟΓΑΛΟΥ, ΠΡΟΒΙΟΤΙΚΑ *and* ΠΕΠΤΙΚΑ ΕΝΖΥΜΑ

Τα σέικ Formulite παρέχουν την καλύτερη δυνατή διατροφή σε ασθενείς που θέλουν να χάσουν βάρος. Η υπέροχη διατροφή και η υπέροχη γεύση κάνει πιο εύκολο για εσάς να παραμείνετε στο πρόγραμμα.



33,9 γρ.\* μείγματος πρωτεΐνης υψηλής ποιότητας



3,8 γρ.\* ζάχαρης φυσικής προέλευσης από τυρόγαλο & χωρίς τεχνητά γλυκαντικά.



Μόνο 10,4\* γρ υδατάνθρακες



Χωρίς γλουτένη και με μόνο 2,4 γρ. λακτόζης



προσθετής για ενίσχυση στα προβιοτικά.

\*Μέσος όρος και στις 5 γεύσεις των σέικ



Πραλίνα  
φουντουκιού  
Κρεμώδης Βανίλια  
Καφές  
Κηρήθρα Μελιού  
Μπανάνα

## Συμβουλές & Τεχνικές

Βάλτε το σέικ σας στο ψυγείο για 20 λεπτά για να πήξει.

Πάντα να έχετε μία μπάρα αντικατάστασης γεύματος στην τσάντα ή στο αυτοκίνητό σας, για την περίπτωση που υπάρχουν περιορισμένες επιλογές φαγητού για εσάς.

Θυμηθείτε να μαζέψετε τη σούπα λουπίνου από τον πάτο του μπολ για να απολαύσετε όλη την ομορφιά των λουπίνων.

Χρησιμοποιήστε το μπουκάλι μπλέντερ Formulite για να συνδυάσετε την Πρωτεΐνη Ανάρρωσής σας για ένα εύκολο μείγμα.

# Μπάρες αντικατάστασης γευμάτων

ΠΡΩΤΕΪΝΗ ΤΥΡΟΓΑΛΟΥ, ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ *and* ΜΕΤΑΛΛΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ

Επιστημονικά διαμορφωμένη, κάθε μπάρα μας σας προφέρει ένα ισορροπημένο μείγμα πρωτεϊνών, φυτικών ινών και 24 απαραίτητων βιταμινών και μετάλλων.



Υψηλή πρωτεΐνη, περίπου 20 γρ ανά μερίδα



Υπέροχη γεύση και υφή - χωρίς πρωτεϊνική επίγευση!



Τέλειο για το δρόμο και για εκείνους που χρειάζονται ένα γρήγορο διάλειμμα για φαγητό



Χωρίς γλουτένη



Συσκευασμένο σε δύο τεμάχια για να είναι απλή η διανομή σε μερίδες



Τραγανή Σοκολάτα



Λεμόνι & Καρύα



Πάνω από 15 γρ. πρωτεΐνης με βάση το κολλαγόνο



Υποστηρίζει την αναδόμηση των ιστών & διατηρεί τη μυϊκή μάζα



Διατίθεται και σε επιλογή χωρίς γεύση



# Σούπα Λουπίνου

ΥΔΡΟΛΥΜΕΝΟ ΚΟΛΛΑΓΟΝΟ *and* ΠΡΟΒΙΟΤΙΚΗ ΙΝΑ

Ένα χορταστικό σνακ διαθέσιμο σε κοτόπουλο, μοσχάρι ή γεύση λαχανικών.



12-22 γρ πρωτεΐνης ανά μερίδα



Μόνο 2 γρ υδατάνθρακες



Χωρίς γλουτένη και λακτόζη

