



## Được dùng cho bệnh nhân trải qua phẫu thuật giảm cân.

Formulite được nghiên cứu phát triển với sự hợp tác của các chuyên gia chăm sóc sức khỏe để hỗ trợ dinh dưỡng tốt nhất có thể cho bệnh nhân trước và sau phẫu thuật.

Để tập cho dạ dày của bạn quen với kích thước mới và giảm kích thích gan để hạn chế rủi ro trong phẫu thuật, nhiều bác sĩ phẫu thuật giảm cân và chuyên gia dinh dưỡng khuyên bạn nên tuân theo chế độ ăn Formulite Low Calorie Diet trong vòng 2-3 tuần trước khi phẫu thuật giảm cân. Chế độ ăn kiêng trước phẫu thuật này sẽ gồm sữa lắc và thanh bánh thay thế bữa ăn, súp và một số loại rau củ có hàm lượng tinh bột thấp.

Theo lời khuyên của chuyên gia dinh dưỡng phẫu thuật giảm cân, khi quá trình giảm cân diễn ra nhanh chóng thì việc tăng cường lượng protein trong khẩu phần ăn là rất cần thiết. Việc tăng cường protein là rất cần thiết để duy trì khối lượng cơ, vì vậy cần lựa chọn sữa lắc và thanh bánh có hàm lượng protein cao, đồng thời chứa các vitamin & khoáng chất, chẳng hạn như Formulite

## Kế Hoạch Ăn Uống Trước Phẫu Thuật Giảm Cân

**Bữa sáng**  
1 ly Formulite Shake



**Ăn nhẹ buổi sáng**  
½ thanh Formulite Bar +  
Trà thảo mộc

**Bữa trưa**  
½ thanh Formulite Bar +  
Greek Salad



**Ăn nhẹ buổi chiều**  
1 thanh Formulite Shake

**Bữa tối**  
1 chén Formulite Lupin Soup



**Ăn nhẹ bữa tối**  
2 quả Chanh dây & 1 tách  
Trà Thảo Mộc

Thực đơn thử nghiệm cho một ngày. Hãy liên lạc sĩ phẫu thuật giảm cân hoặc chuyên gia dinh dưỡng để lên kế hoạch ăn kiêng phù hợp với bạn.

Formulite là một doanh nghiệp có trụ sở tại Victoria với sứ mệnh hỗ trợ người dân Úc giảm cân thông qua các giải pháp dinh dưỡng hoàn chỉnh.



Quét mã này để truy cập [formulite.com.au](http://formulite.com.au)

# Bạn muốn giảm cân?

Formulite có thể là thực phẩm mà bác sĩ đã chỉ định.



FORMULITE®

## Sữa lắc Thay thế Bữa ăn

Chúng tôi hiểu rằng việc phẫu thuật giảm cân sẽ ảnh hưởng đến khẩu vị và khả năng dung nạp thức ăn, do đó chúng tôi đã giảm độ ngọt của sữa lắc và đồng thời duy trì lượng lactose ở mức thấp!



33,9g\* hỗn hợp protein chất lượng cao



3,8g\* đường tự nhiên từ váng sữa & không chứa bất kỳ chất làm ngọt nhân tạo nào!



Chỉ chứa 10,4g\* carbohydrat



Không chứa gluten và chỉ chứa 2,4g lactose, giúp bạn tiêu hóa dễ dàng hơn



Đã bổ sung chất xơ hòa tan và lợi khuẩn để hỗ trợ sức khỏe đường ruột

\*Trung bình đối với cả 5 vị sữa lắc



Choc Hazelnut  
Creamy Vanilla  
Coffee  
Honeycomb  
Banana

## Thanh bánh Thay thế Bữa ăn

Với công thức dựa trên nghiên cứu khoa học, mỗi thanh bánh cung cấp cho bạn một hỗn hợp cân bằng giữa protein, chất xơ và 24 loại vitamin và khoáng chất thiết yếu.



Hàm lượng protein cao ~20g cho mỗi lần sử dụng.



Vị ngon và kết cấu tuyệt vời - không để lại dư vị protein sau khi uống!



Lựa chọn hoàn hảo cho những ngày bận rộn và các cá nhân muốn có bữa trưa nhanh gọn



Không chứa gluten



Được đóng gói thành hai mẫu để giúp việc phân chia khẩu phần trở nên đơn giản



Chocolate Crisp



Lemon & Coconut

## Protein bổ sung Phục hồi Sức khỏe

COLLAGEN TÁI TẠO AXIT AMIN

Công thức uống mỗi ngày một lần này được bổ sung thêm axit amin và collagen thủy phân, giúp dễ uống hơn trong giai đoạn phục hồi sau phẫu thuật. Chỉ cần pha các gói hương vị thơm ngon với nước uống.



Chứa hơn 15g hàm lượng protein từ collagen



Hỗ trợ tái tạo mô & duy trì khối lượng cơ



Có sẵn loại không hương vị

## Lupin Soup

Món ăn nhẹ có thể giúp thỏa mãn cơn đói với hương vị gà, bò hoặc rau củ.



12-22g protein cho mỗi lần sử dụng



Chỉ chứa 2g carbohydrat



Không chứa gluten và lactose

## Lời khuyên trước & sau phẫu thuật giảm cân dành cho bệnh nhân

Làm mát sữa lắc trong tủ lạnh 20 phút để có độ đặc vừa ý.

Luôn mang theo một thanh bánh thay thế bữa ăn trong balo hoặc trong xe của bạn để phòng khi không tìm được thực phẩm phù hợp cho chính mình.

Nhớ múc súp lupin của bạn từ đáy chén khi dùng để cảm nhận được mọi tinh hoa của loại súp này.

Sử dụng bình lắc Formulite của bạn để pha Protein bổ sung Phục hồi Sức khỏe một cách dễ dàng.





## Được khuyên dùng bởi các chuyên gia phẫu thuật giảm cân hàng đầu tại Úc.

Sử dụng Formulite là lời khuyên ngày càng được nhiều bác sĩ và chuyên gia dinh dưỡng đưa ra khi bệnh nhân cần giảm cân.

Với nhiều lựa chọn sữa lắc và thanh bánh ngon miệng, Protein bổ sung Phục hồi Sức khỏe và súp lupin, chắc chắn bạn sẽ tìm thấy được lựa chọn phù hợp với tâm trạng của mình. Việc giảm cân chưa bao giờ lại tuyệt vời đến như vậy.

### Điều này có lợi cho những cá nhân nào?

Formulite được nghiên cứu phát triển với sự hợp tác của các chuyên gia chăm sóc sức khỏe để hỗ trợ việc giảm cân của bệnh nhân.

Giảm cân có thể hỗ trợ cho việc kiểm soát:

- Đái tháo đường loại 2
- Vấn đề về khả năng sinh sản
- Chứng ngưng thở khi ngủ
- Thoái hóa khớp
- Bệnh tim
- bệnh gan nhiễm mỡ
- hoặc chuẩn bị trước khi phẫu thuật

## Kế Hoạch Ăn Uống Giảm Cân

### Bữa sáng

1 ly Formulite Shake hoặc Formulite Bar & miếng trái cây



### Ăn nhẹ buổi sáng

Ăn nhẹ lạnh mạnh  
200g sữa chua Hy Lạp

### Bữa trưa

1 ly Formulite Shake hoặc Formulite Bar



### Ăn nhẹ buổi chiều

Ăn nhẹ Lạnh mạnh  
2 quả Kiwi, 30g hạt hạnh nhân tươi

### Bữa tối

Thai Chicken Patties ăn kèm với Asian Salad



Các sản phẩm Formulite nên được sử dụng dưới sự giám sát của bác sĩ hoặc y tá.

Formulite là một doanh nghiệp có trụ sở tại Victoria với sứ mệnh hỗ trợ người dân Úc giảm cân thông qua các giải pháp dinh dưỡng hoàn chỉnh.



Quét mã này để truy cập [formulite.com.au](http://formulite.com.au)

# Bạn muốn giảm cân?

Formulite có thể là thực phẩm mà bác sĩ đã chỉ định.



FORMULITE®

Thực đơn thử nghiệm cho một ngày. Hỏi ý kiến bác sĩ phẫu thuật giảm cân hoặc chuyên gia dinh dưỡng để lên kế hoạch ăn kiêng phù hợp với bạn.

# Sữa lắc Thay thế Bữa ăn

PROTEIN VÀNG SỮA, LỢI KHUẨN *u.u* ENZYME TIÊU HÓA

Sữa lắc Formulite mang lại dinh dưỡng tốt nhất cho bệnh nhân giảm cân. Nguồn dinh dưỡng tuyệt vời và hương vị ngon miệng giúp bạn dễ dàng duy trì lối sống lành mạnh.



33,9g\* hỗn hợp protein chất lượng cao



3,8g\* đường tự nhiên từ váng sữa & không chứa bất kỳ chất làm ngọt nhân tạo nào!



Chỉ chứa 10,4g\* carbohydrat



Không chứa gluten và chỉ chứa 2,4g lactose



Đã bổ sung chất xơ hòa tan và lợi khuẩn để hỗ trợ

\*Trung bình đối với cả 5 vị sữa lắc



Choc Hazelnut  
Creamy Vanilla  
Coffee  
Honeycomb  
Banana

## Mẹo & Thủ thuật

Làm mát sữa lắc trong tủ lạnh 20 phút để có độ đặc vừa ý.

Luôn mang theo một thanh bánh thay thế bữa ăn trong balo hoặc trong xe của bạn để phòng khi không tìm được thực phẩm phù hợp cho chính mình

Nhớ mức súp lupin của bạn từ đây chén khi dùng để cảm nhận được mọi tinh hoa của loại súp này

Sử dụng bình lắc Formulite của bạn để pha Protein bổ sung Phục hồi Sức khỏe một cách dễ dàng.

# Thanh bánh Thay thế Bữa ăn

PROTEIN VÀNG SỮA, VITAMIN *u.u* KHOÁNG CHẤT

Với công thức dựa trên nghiên cứu khoa học, mỗi thanh bánh cung cấp cho bạn một hỗn hợp cân bằng giữa protein, chất xơ và 24 loại vitamin và khoáng chất thiết yếu.



Hàm lượng protein cao ~20g cho mỗi lần sử dụng.



Vị ngon và kết cấu tuyệt vời - không để lại dư vị protein sau khi uống!



Lựa chọn hoàn hảo cho những ngày bận rộn và các cá nhân muốn có bữa trưa nhanh gọn



Không chứa gluten



Được đóng gói thành hai mẫu để giúp việc phân chia khẩu phần trở nên đơn giản



Chocolate Crisp



Lemon & Coconut

# Protein bổ sung Phục hồi Sức khỏe

COLLAGEN TÁI TẠO *u.u* AXIT AMIN

Công thức uống mỗi ngày một lần này giàu collagen thủy phân và được cải tiến với các chuỗi Axit Amin để hỗ trợ duy trì cơ bắp trong quá trình giảm cân.



Chứa hơn 15g hàm lượng protein từ collagen



Hỗ trợ tái tạo mô & duy trì khối lượng cơ



Có sẵn loại không hương vị



## Lupin Soup

COLLAGEN THỦY PHÂN *u.u* CHẤT XƠ HÒA TAN

Món ăn nhẹ có thể giúp thỏa mãn cơn đói với hương vị gà, bò hoặc rau củ.



12-22g protein cho mỗi lần sử dụng



Chỉ chứa 2g carbohydrat



Không chứa gluten và lactose

