



Le programme Minceur Hyperprotéiné Tagliatelles

PastaSvelt

Pasta Svelt est un programme simple mais savoureux avec des repas rassasiants. Riche en protéines, il facilite la perte de poids, avec des légumes et des fruits pour un apport optimal en fibres, vitamines et minéraux. Nous vous proposons un programme alimentaire équilibré reprenant les différentes catégories d'aliments autorisées par phase. Chaque jour, vous mangerez 50 gr de Pasta Svelt à consommer de préférence au dîner. Vous pouvez évidemment renouveler le programme Pasta Svelt pour continuer la perte de poids en fonction de votre objectif.

Orescience
LABORATOIRE

Le principe du régime protéiné

Développé depuis les années 70, le régime protéiné nous vient des Etats Unis par le Professeur Blackburn de l'Université d'Harvard. Il se concentre sur les protéines car elles participent à la structure des tissus et des muscles. Elles permettent donc de maintenir la masse musculaire. De plus, leur digestion demande beaucoup d'énergie, 20 à 30% des calories apportées par les protéines sont brûlées immédiatement après ingestion contre 5 à 10% pour les glucides et 5% pour les lipides. Enfin, les protéines procurent très rapidement une sensation de satiété et aident ainsi à la perte de poids en évitant tout grignotage. Mais comprend aussi des légumes et des fruits pour leurs apports en vitamines et minéraux nécessaires au maintien d'un état optimal de santé.

PastaSvelt

Conseils de préparation

- 1 - Faites bouillir de l'eau dans une casserole en y ajoutant une pincée sel
- 2 - Une fois l'eau bouillante, plongez les Pasta Svelt.
- 3 - Faites les cuire pendant 10 minutes en remuant de temps en temps.
- 4 - Déguster chaud ou froid.

Fourni avec des Recettes diététiques

Conseils et avertissement dans le cadre du programme minceur :

Il est important de boire au minimum 1,5 litre d'eau par jour pour éliminer les déchets issus des digestions des protéines et ne pas surcharger et fatiguer les reins. Maintenez une activité sportive régulière. Pasta Svelt se consomme dans le cadre d'un régime minceur où l'apport des macros nutriments est contrôlé. Tenir hors de portée des enfants. Respecter les conseils d'utilisation. Produit déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. Consultez votre médecin avant de débuter tout programme d'amincissement. Il est également conseillé de se faire accompagner par un diététicien-nutritionniste.

PastaSvelt

Orescience
LABORATOIRE

PastaSvelt

Programme Minceur Hyperprotéiné Tagliatelles



Prêtes
en 10 min !



Riches
en protéines

7 Paquets de 2 x 50gr - Poids Net 700gr

PastaSvelt

Analyse nutritionnelle moyenne

		100 g	Portion 50g
Valeur énergétique	kcal	311,0	155,5
	kJ	1301,8	650,9
Matières grasses	g	3,4	1,7
dont acides gras saturés	g	0,8	0,4
Glucides	g	12,2	6,1
dont sucres	g	1,0	0,5
Fibres	g	8,6	4,3
Protéines	g	58,5	29,3
Sel	g	1,3	0,7

Ingrédients

Mélange protéique (protéines végétales : **gluten de blé, soja, pois**), blanc d'oeuf en poudre, protéines **laitières**), farine de **blé**, fibre de **blé**, stabilisant (gomme de guar).

Conditions de conservation

A conserver à l'abri de l'humidité et dans un endroit frais et sec.

A consommer dans le cadre d'une alimentation variée et d'un mode de vie sain.

A consommer de préférence avant le : voir sur chaque paquet

N° de lot : voir sur chaque paquet

Laboratoire Orescience

41 Rue du Moulin des Bruyères,
92400 Courbevoie - FRANCE
www.laboratoire-orescience.fr



3 700795 202982