

GEBRUIKSAANWIJZING

- Vul een maatbeker met 80/90 ml koud water
- Leeg de inhoud van het zakje in de maatbeker
- Meng met een staafmixer tot alles is opgelost
- Breng de omelet naar wens op smaak met kruiden
- Ongeveer 2 à 3 minuten bakken in een hete anti-aanbakpan ingesmeerd met enkele druppels olijfolie

MODE D'EMPLOI

- Remplissez un shaker avec 80/90 ml d'eau
- Videz le contenu du sachet dans le verre gradué
- Mélangez avec un mixer plongeur jusqu'à ce que tout s'est dissout
- Assaisonnez l'omelette à volonté avec des épices
- Cuire dans une poêle avec revêtement antiadhésif avec un petit peu d'huile d'olive pendant environ 2 à 3 minutes

DIRECTIONS

- Fill the shaker with 80/90 ml of cold water
- Empty the contents of bag into the measuring cup
- Mix using a hand blender until everything has been dissolved
- Flavour the omelette to taste with spices
- Fry it for approximately 2 or 3 minutes in a hot non-stick frying pan greased with a few drops of olive oil

ZUBEREITUNG

- Füll einen Shaker mit 80/90 ml kaltem Wasser
- Den Inhalt des Säckchens in den Messbecher schütten
- Menge mit einem Stabmixer bis alles aufgelöst ist
- Würze das Omelett nach Belieben mit Kräutern
- Ungefähr 2-3 Minuten mit ein paar Tropfen Olivenöl in einer Antihalt-beschichteten Pfanne backen



5012

Gefabriceerd in de Europese Unie | Fabriqué dans l'Union Européenne | Made in the European Union | Hergestellt in der Europäischen Union.

THT datum en lotnummer: zie onderzijde doos
Date de péremption et numéro de lot : voir sous la boîte
Expiry date and lot number: see underside of box
Verfallsdatum und Chargennummer: siehe Unterseite Verpackung



Prodimed®

Losing weight the easy way



Omelet Méditerranée – Omelette Méditerranéenne
Mediterranean Omelette – Mediterranean Omelette



Serveertip
Dose recommandée
Serving suggestion
Serviertipp

1 portie
(26g) bevat

ENERGIE
98 kcal
5%
GDA

INGRÉDIËNTEN

Ei (eiwit en -geel), melkproteïnen, groenten: peper, ui, tomaat, speerijen en kruiden, zout, aroma, vitamines: C, B3/PP, E, B5, B2, B6, B1, A, B9, B8/H, D2/D3, B12, antiklontermiddel: magnesium-carbonaat (E504).

INGRÉDIANTS

Oeuf (blanc et jaune d'œufs), protéines de lait, légumes : poivron, oignon, tomate, épices et herbes, sel, arômes, vitamines : C, B3/PP, E, B5, B2, B6, B1, A, B9, B8/H, D2/D3, B12, anti-agglomérant : carbonate de magnésium (E504).

INGREDIENTS

Egg (white and yolk), milk proteins, vegetables: pepper, onion, tomato, spices and herbs, salt, aroma, vitamins: C, B3/PP, E, B5, B2, B6, B1, A, B9, B8/H, D2/D3, B12, anti-caking agents: magnesium carbonate (E504).

ZUTATEN

Ei (Eiweiß und Dotter), Milchproteine, Gemüse: Pfeffer, Zwiebel, Tomate, Gewürze und Kräuter, Salz, Vitamins: C, B3/PP, E, B5, B2, B6, B1, A, B9, B8/H, D2/D3, B12, Anti-Agglomerates: Magnesium-karbonat (E504).

Allergie informatie: Melkproducten, Soja, Eiproducten.

Declaration Allergenes: Lait, Soya, Oeuf.

Allergy information: Milk, Soy, Egg.

Allergie informationen: Milchprodukte, Soja, Eierprodukte.

Dit product is vervaardigd in een fabriek die pinda's, noten en zaden verwerkt. / Ce produit est fabriqué dans une usine où s'utilisent des cacahuètes, des noix et des semences. / This product is manufactured in a facility that uses peanuts, nuts and seeds. / Dieses Produkt wird in einer Einrichtung hergestellt, in der Erdnüsse, Nüsse und Samen verwendet werden.

Droog en buiten bereik van direct zonlicht bewaren bij een temperatuur tussen 15°C - 22°C.

Conserver dans un endroit sec et loin de la lumière directe du soleil à une température comprise entre 15°C - 22°C.

Store in a dry place and away from direct sunlight at a temperature of between 15°C - 22°C.

Trocken und geschützt vor direkter Sonneneinstrahlung, bei einer Temperatur zwischen 15°C - 22°C lagern.



Totaal netto gewicht / Poids net total
Total net weight / Totales Nettogewicht

Prodimed®
Postbus 154
5550 AD Valkenswaard (NL)
www.prodimed.eu

© Prodimed BV

5 zakjes van / 5 sachets

5 sachets / 5 Säckchen

26 g e
130 g

Prodimed®

Voedingswaarden Valeurs nutritionnelles Nutritional facts Nährungswerte	100 g	Per zakje Par sachet Per sachet Pro Säckchen (26g)	Mineralen / Minéraux Minerals / Mineralien	100 g	Per zakje Par sachet Per sachet Pro Säckchen (26g)	ADH 100g
KJ	1601	416	Natrium / Sodium Sodium / Sod	1717,2 mg	446,5 mg	-
Kcal	377	98	Kalium / Potassium Potassium / Kalium	708,3 mg	184,2 mg	35 %
Totaal koolhydratengehalte / Glucides totaux Carbohydrates total Gesamtkohlenhydrate	7,1 g	1,9 g	Calcium / Calcium Calcium / Kalzium	476,6 mg	123,9 mg	58 %
Enkelvoudige koolhydraten / Glucides Simples Simple carbohydrates Einfache Kohlenhydrate	5,8 g	1,5 g	Fosfor / Phosphore Phosphorus / Phosphor	396,8 mg	103,2 mg	58 %
Samengestelde koolhydraten / Glucides complexes / Komplexe Kohlenhydrate	1,3 g	0,3 g	Magnesium / Magnésium Magnesium / Magnesium	86,0 mg	22,4 mg	23 %
Eiwitten / Protides Protein / Protein	70,6 g	18,4 g	Vitamines	100 g	Per zakje Par sachet Per sachet Pro Säckchen (26g)	ADH 100g
Vet / Lipides / Fat / Fett	6,7 g	1,8 g	vitamine C	38,4 mg	10,0 mg	46 %
Linolzuur / Linoléique Linoleic / Linololéure	0,0 g	0,0 g	vitamine B3/PP	7,7 mg	2,0 mg	46 %
Verzadigde vetzuren Les acides gras saturés Saturated fatty acids Gesättigte Fettsäuren	2,4 g	0,6 g	vitamine E	5,8 mg	1,5 mg	46 %
Vezels / Fibres Fibre / Fasern	1,8 g	0,5 g	vitamine B5	2,9 mg	0,7 mg	46 %
			vitamine B2	0,7 mg	0,2 mg	46 %
			vitamine B6	0,7 mg	0,2 mg	46 %
			vitamine B1	0,5 mg	0,1 mg	46 %
			vitamine A	384,0 µg	99,8 µg	46 %
			vitamine B9	96,0 µg	25,0 µg	46 %
			vitamine B8/H	24,0 µg	6,2 µg	46 %
			vitamine D2/D3	2,4 µg	0,6 µg	46 %
			vitamine B12	1,2 µg	0,3 µg	46 %

% van de ADH (Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid) volgens EU richtlijn 2008/100/EC.

% de IAJR (Apport Nutritionnel Recommandé) selon la régulation de l'UE. 2008/100/EC.

% of the RDA (Recommended Dietary Allowance) according to the EU directive 2008/100/EC.

% der RDA (empfohlene Tagesdosis) nach der EU-Richtlinie 2008/100/EC.

PRODIMED is geen maaltijvervanger, maar een eiwitssupplement met hoge biologische waarde, dat past in een dieetprogramma. Een voedingssupplement mag niet als vervanging van een gevarieerde en evenwichtige voeding en van een gezonde levensstijl worden gebruikt. Dagelijks voldoende drinken. Aanbevolen dosering niet overschrijden. Buiten bereik van kinderen bewaren.

PRODIMED is not a meal replacement, but a protein supplement with a high biological value, that fits a diet program. A food supplement should not be a replacement for a varied balanced diet and a healthy lifestyle. Drink sufficiently every day. Do not exceed the recommended daily intake. Keep out of reach of children.

PRODIMED n'est pas un substitut de repas mais un complément alimentaire protéiné à haute valeur biologique qui est adapté à un programme de régime amincissant. Un complément alimentaire ne remplace ni un régime alimentaire varié et équilibré ni un mode de vie sain. Buvez suffisamment tous les jours. Ne dépassez pas la dose journalière recommandée. À garder hors de la portée des enfants.

PRODIMED ist kein Mahlzeitersatz, sondern ein Eiweißergänzungsmittel von hoher biologischer Wertigkeit, das zu einem Diätprogramm passt. Ein Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Täglich ausreichend trinken. Tägliche empfohlene Menge nicht überschreiten. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.