



DO-EAT

Коктейли DO-EAT



Содержит 4 вида белков: яичный, молочный, соевый, льняной.

По мнению экспертов это лучший белковый коктейль с вкусовыми характеристикам, представленный на российском рынке.

Употребление коктейля 2 раза в день обеспечивает до 50% потребностей организма в суточной норме витаминов и минералов.

Обладая полным набором микроэлементов и сбалансированным количеством белков, жиров и углеводов, коктейль Do Eat может заменить полноценный прием пищи.



Коктейли Do Eat рекомендованы всем, кто тщательно следит за своим здоровьем. Но есть и особые показания для употребления Do Eat:

✓ **Ненормированный рабочий день.** Если вы живете в напряженном ритме, в условиях дефицита времени, порция коктейля – идеальное решение для перекуса и поддержания жизненной энергии.

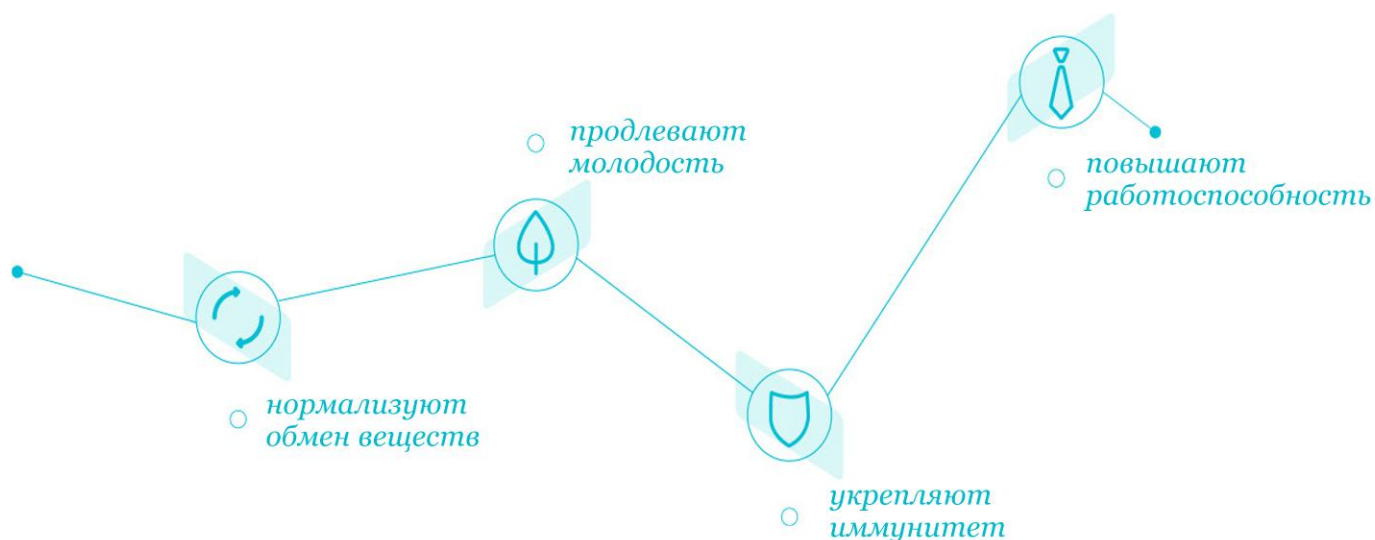
✓ **Соблюдение диеты.** Замените коктейлем Do Eat 1 или 2 приема обычной пищи, и любая диета пройдет без ощущения голода и дефицита полезных веществ. Кроме того, большое содержание белка в коктейле способствует сохранению мышечной массы.

✓ **Занятия физкультурой и спортом.** Do Eat поможет вам быстро восстановить силы после тренировки за счет постепенного поступления белка.

Для современного человека- это просто необходимо!

Ведь мы так много времени проводим сидя в офисах и на работе. Люди стали меньше двигаться, поэтому и потребление пищи в таком же количестве, что и раньше, неминуемо приводит к ожирению со всеми вытекающими из этого проблемами со здоровьем.

Вот почему современному человеку легче поддерживать свое здоровье, используя функциональное питание, продуктом которого и является коктейль Do Eat.



Состав коктейля Do Eat:

Яичный белок – богатый источник протеина, содержит практически все жизненно важные аминокислоты, способствующие работе мозга, регенерации клеток и улучшению соединительной ткани. В белке очень много витаминов группы В, а также С. По количеству витамина D белок яйца превосходит только рыбий жир.

Молочный белок – это один из ключевых компонентов молочных продуктов, который используется в организме для восстановления и строительства клеток. Благодаря действию белка мышцы восстанавливаются быстрее.

Соевый белок – по составу аминокислот не уступает яичному и имеет растительное происхождение. Гипоаллергенен, практически не содержит жиров и углеводов, повышает иммунитет, улучшает работу желудка, щитовидной железы, пищеварительной системы, выводит из организма шлаки и токсины.

Льняной белок – содержит практически все незаменимые аминокислоты, что придает ему высокую биологическую ценность. Полисахариды, входящие в состав белка льна, оказывают благоприятное действие на процесс пищеварения, снижают атеросклеротические отложения.

Кроме того, лён – богатый источник полиненасыщенных жирных кислот (Омега-3, Омега-6 и Омега-9), которые способствуют снижению холестерина и профилактике сердечнососудистых заболеваний. Клетчатка, содержащаяся в семенах льна, положительно влияет на пищеварение.

Витамины и минералы. До Eat содержит 10 витаминов и 8 минеральных веществ. Среди них: кальций, железо, фосфор, селен, йод. А также витамины группы В, витамины С, А, Е, Д. Эти жизненно важные элементы способствуют балансу питания и позволяют избежать дефицита необходимых организму веществ.

Пищевая и энергетическая ценность	В 100 г	В 1 порции(20 г)	% РСН
Энергетическая ценность	184,4 ккал/4415 кДж	36,9 ккал/883 кДж	1,5/8,4
Белок	25,5 г	5,1 г	6,8
Жир	7,1 г	1,4 г	1,7
Углеводы	4,6 г	0,9 г	0,25
Содержание витаминов			
Витамин С	64,1 мг	12,8 мг	21,3
Витамин Е	5,4 мг	1,1 мг	11
Витамин А	0,93 мг (3100 МЕ)	0,2 мг (667 МЕ)	25
Витамин В1	1,4 мг	0,3 мг	21,4
Витамин В2	1,3 мг	0,3 мг	18,8
Витамин В6	1,4 мг	0,3 мг	15
Витамин В12	2,16 мкг	0,43 мкг	43
Витамин D	3,3 мкг	0,7 мкг	14
Пантотеновая к-та	0,52 мг	0,1 мг	1,7
Фолиевая к-та	0,2 мг	0,04 мг	20
Содержание минеральных веществ			
Кальций	536,7 мг	107,3 мг	10,7
Железо	2,6 мг	0,52 мг	3,7
Фосфор	610,7 мг	122,1 мг	15,3
Калий	600 мг	120 мг	3,4
Магний	118 мг	23,6 мг	5,9
Йод	20,2 мкг	4 мкг	2,7
Цинк	2,5 мг	0,5 мг	3,3
Селен	7 мкг	1,4 мкг	2



Приготовление:

21-22 г продукта (1 мерную ложку) высыпать в стакан и залить 200-250 мл молока или кипяченой воды комнатной температуры, тщательно размешать.