



Nutriway® Positrim Meal Replacement Drink Mix 紐崔萊均衡營養餐

現今忙碌的生活步調讓我們常常沒有許多時間來計劃、準備和享用完整營養均衡的餐點。紐崔萊均衡營養餐熱量低，是幫助控制體重的理想食品，含有一般飲食中所缺乏的必需維生素和礦物質。

為什麼要食用正餐替代飲品？

減少熱量通常指減少重要營養的攝取。當你三餐不定，只食用小份量的食物或是在挑食的時候，很容易造成營養的流失，使身體沒有辦法得到所需的營養。研究表示，使用正餐替代飲品對減肥或是控制體重有很大的幫助。許多人使用正餐替代飲品來減少對糖分和鹽分讓身體產生的飢餓感。

紐崔萊均衡營養餐對哪些人有功效？

適用對象：

- 飲食不正常的人，如：三餐不定，每天攝取少於三份量水果和五份量的青菜，沒時間準備營養均衡正餐的人
- 在減重或是想要減少食物熱量的攝取的人
- 因生活方式或需要生活上需要攝取大量營養素的人，如：運動員、忙碌的上班族和老年人
- 需要有大量體力，或是想要在一般飲食上增加熱量的人
- 有困難咀嚼固體食物，或需要額外的熱量來維持體重的人
- 想要給小孩子一份均衡營養的零食的父母

紐崔萊的優點

紐崔萊，Nutriway 營養補充食品的製造商，是當今全球營養補充食品業界的領導者。紐崔萊以累積近 70 年的知識與經驗，使用具營養價值的植物濃縮素來生產高品質的產品。我們是唯一一個維生素和礦物質的製造品牌在自有的天然有機養殖農場裡從研製配方、種植、採收到生產、運送，每一個步驟都由紐崔萊親自負責並嚴格監控，運用最尖端的科技研究帶給您最好的天然植物菁華。

資料來源 Euromonitor International - 以 2002 年藥片和膠囊之銷售量為根據。

爲什麼要選擇紐崔萊均衡營養餐？

紐崔萊均衡營養餐是方便、美味、營養豐富、低脂及熱量控制的食物，它的花費比一般的速食食物還少。它含有每天飲食中可能缺乏的必需維生素和礦物質，並提供健康均衡的碳水化合物和高品質的蛋白質來補充身體細胞所需的能量。

所有在節食的人或是想要以低脂、低熱量飲食和運動來減重的人可以把紐崔萊均衡營養餐可作為快速便利營養的正餐或零食，一天三次。

- 在成年人的飲食中提供完整的營養比例(碳水化合物、脂肪和蛋白質)
- 9種氨基酸幫助飲食缺乏蛋白質或需要大量蛋白質的人更方便的攝取蛋白質，如：小孩、青春期的年輕人、運動員和老年人
- 身體無法合成必需氨基酸，所以必需從食物中攝取
- 含有纖維素，有助消化
- 不含合成色素或防腐劑，特別適合追求高原料品質的人
- 不添加麩質或酵母

紐崔萊均衡營養餐提供：

- 24種維生素和礦物質
- 每一份均衡營養餐含有15種必需維生素和礦物質，替身體補充50%或更多的營養
- 18種高品質的蛋白質氨基酸，蛋白質效率(PER) 2.5，並且達到國際蛋白質公認評價的最高標準 PDCAAS = 1
- 含有6克的纖維素，相當於一小份量的梅子
- 平衡比例，碳水化合物: 蛋白質- 2克: 1克
- 每1082千焦只含有2克的脂肪

服用量：

紐崔萊均衡營養餐快速有方便：一包代餐加入250毫升的低脂牛奶攪拌均勻後就可以當作一道美味的正餐或零食。你還可以依個人的喜好加入不同的水果和半杯的冰塊做成美味的冰沙奶昔。

二種口味：一盒12包

- 巧克力
- 香草

其它輔助的補充產品：

- 紐崔萊蛋白質米條 (Protein Bar) – 美味、營養的蛋白質補充品，含有完整的 19 種氨基酸，是幫助控制體重的理想食品。
- 紐崔萊蛋白粉 (Protein Powder) – 高質量的蛋白質補充品。每份只含有 150 千焦，為身體提供能量，幫助肌肉、血液及其它身體構成要素的發育和復原。

建議：

紐崔萊均衡營養餐多不應用來替代完全的飲食，根據安利公司的減重計劃 (Trim Body System)，每天至少要攝取一次要正餐，再配合運動才能達到最好的效果。不適用於小孩、青春期的年輕人、懷孕或在哺乳的婦女的飲食計劃。

注意：

開始任何減肥計劃時請先諮詢醫生。懷孕或在哺乳的婦女不應該實行任何減重計劃。

營養成份：

每包含量 51 克，加上 250 毫升的低脂牛奶

	每 51 克	加上 250 毫升 的低脂牛奶 + 370 千焦 = 1082 千焦	
能量	712 千焦		
蛋白質	15 克	+ 8.8 克= 23.8 克	
脂肪總量	2 克	2 克	
飽和脂肪酸	0.5 克	0.5 克	
	28 克	28 克	
碳水化合物總量	(30 克的巧克力)	(30 克的巧克力)	
- 糖	21 克	21 克	
膳食纖維	6 克	6 克	
鈉	360 毫克	360 毫克	
維生素和礦物質			
	每 51 克	每 100 克	RDI
維生素 A	215mcg	422mcg	750mcg
Thiamin	0.5mg	0.98mg	1.1mg
Riboflavin	0.57mg	1.12mg	1.7mg
Niacin	6.67mg	13mg	18~20mg
Folate	133mcg	261mcg	200mg
維生素 B6	0.67mg	1.31mg	1.3~1.9mg
維生素 B 12	2mcg	3.92mcg	2mcg
維生素 C	20mg	39.2mg	40mg
維生素 D	5mcg	9.8mcg	-
維生素 E	5mg	9.8mg	10mg
鈣 (Calcium)	333mg (633g 包括低脂牛奶)	653mg	800mg
碘 (Iodine)	50mcg	98mcg	150mcg
鐵質 (Iron)	6mg	11.8mg	7mg
鎂 (Magnesium)	133mg	261mg	320mg
磷 (Phosphorous)	333mg	653mg	1000mg
鋅 (Zinc)	5mg	938mg	12mg
維生素 H (Biotin)	100mcg	196mcg	-
Pantothenic acid	3.33mg	6.53mg	-
維生素 K	26.7mcg	52.4mcg	-
鉻 (Chromium)	11.5mcg	22.6mcg	-
銅 (Copper)	91.6mcg	180mcg	-
錳 (Manganese)	340mcg	667mcg	-
鉬 (Molybdenum)	8.4mcg	16.5mcg	-
硒 (Selenium)	6.4mcg	12.6mcg	85mcg

常見問題問與答

Q. 紐崔萊均衡營養餐能有效控制體重嗎？

A. 是的。使用紐崔萊均衡營養餐來替代正餐能幫助你控制所攝取的熱量。然而，它並不是神奇的減肥藥。減肥是需要花很多時間和毅力，再加上改變飲食習慣以及配合運動，才能有效並長期的維持體重。總而言之，健康的飲食是包括攝取許多的蔬菜、水果、高度質量的蛋白質和五穀，配合運動、減少飲酒量、戒煙及保持標準的體重才能達到真正的健康。

Q. 如果我沒有要減肥，我可以把紐崔萊均衡營養餐當早餐食用嗎？

A. 可以的。紐崔萊均衡營養餐是均衡營養的食品可以讓你健康開始每一天。你還可以依個人喜好加入水果、酸奶酪或麥片做成一道美味可口的早餐。

Q. 糖尿病患者可以食用紐崔萊均衡營養餐嗎？

A. 糖尿病患者必需限制每天所攝取的碳水化合物 (醣份)。某些糖尿病患者可以食用紐崔萊均衡營養餐，如果它適用於糖尿病患者的碳水化合物的轉換療程。然而，我們還是建議所有糖尿病患者在服用紐崔萊均衡營養餐前先諮詢醫生。

Q. 紐崔萊均衡營養餐能幫助身體結構的建造嗎？

A. 我們的身體透過重複的運動和營養均衡的飲食幫助肌肉的發育。Positrim 有良好的蛋白質和碳水化合物比例，而碳水化合物則是影響肌肉發育和能量的重要因子，所以它是幫助身體構造建構的理想補充食品。市面上有些幫助身體結構的產品標榜著含有非常高層的蛋白質，但它們卻沒有足夠的碳水化合物含量來幫助肌肉的發展。

90 天滿意保證

產品代號:

VS/ QO 6148 紐崔萊均衡營養餐 - 巧克力口味

VS/ QO 6149 紐崔萊均衡營養餐 - 香草口味