

# Shape Shape

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΔΗΛΩΣΗ ΑΝΑ 100g ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

	Shape	Ψωμί ολικής πολύσπορο
Ενέργεια	971 kJ / 233 kcal	1152 kJ / 274 kcal
Λιπαρά	7,3 g	7,4 g
εκ των οποίων:		
- κορεσμένα	2,2 g	
- μονοακόρεστα	2,7 g	
- πολυακόρεστα	2,4 g	
Υδατάνθρακες	17,0 g	35,5 g
εκ των οποίων:		
- σάκχαρα	1,3 g	
Εξώδιμες ίνες	16 g	7,9 g
Πρωτεΐνες	16,7 g	12,5 g
Αλάτι (Na x 2,5)	1,2 g	1,2 g

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Νερό, **Αλεύρι σίτου ολικής** άλεσης, **γλυτένη σίτου**, λιναρόσποροι, **αλεύρι σίτου**, φυτικές ίνες σίτου, σπασάμι, πολυδεξτρόζη αραβοσίτου, υδρογονωμένα φυτικά λιπαρά (φοινικέλαιο), **τρίμμα σπόρων σόγιας**, φυτικά λιπαρά (κρამβέλαιο), μαγιά, ηλιόσποροι, πυκνωτικό μέσο: E466, αλάτι, προζύμι **σίτου**, **αλεύρι ρούπινων**, βύνη κριθαριού, γαλακτωματοποιητές: E482, E472e.

Το μοναδικό πολύσπορο ψωμί με

**50% λιγότερους υδατάνθρακες**

**30% περισσότερες πρωτεΐνες και διπλάσιες φυτικές ίνες**



\*σε σύγκριση με ψωμί πολύσπορο

Shape... μόνο από τον φούρνο της γειτονιάς!

Κάθε στιγμή, είναι στιγμή για

# Shape



Επιλέγω **Shape** γιατί...

- Χάρη στους **πλιγότερους υδατάνθρακες** και την χαμηλή περιεκτικότητα σε σάκχαρα, είναι η κατάλληλη επιλογή για μία διατροφή με περιορισμένους υδατάνθρακες, με στόχο είτε την απώλεια βάρους είτε τον **καλύτερο γλυκαιμικό έλεγχο**.
- Με την αυξημένη **περιεκτικότητα σε πρωτεΐνη**, μπορεί να συμβάλει στην ενίσχυση και διατήρηση του μυϊκού ιστού, σε όσους ασκούνται.
- Ως εξαιρετική **πηγή φυτικών ινών** μπορεί να συμβάλει στην ομαλή εντερική λειτουργία καλύπτοντας, με την κατανάλωση 100 γραμμαρίων ψωμιού, το 68% των ημερήσιων αναγκών ενός ενήλικα.



Σάντουιτς με τυρί χαμηλών λιπαρών, ντομάτα και ρόκα.



Τοστ με τυρί κρέμα χαμηλών λιπαρών, φιλέτο καπνιστού σολομού και μαρούλι.



Κράκερς με ταρτάρ μοσχαριού. Κράκερς με κατίκι και ρόκα.



Τοστ με τυρί γκούντα χαμηλών λιπαρών και αθλητικό γαλοπούλας με λίγο αλάτι.

Ιδανικό για διατροφή με χαμηλούς υδατάνθρακες!