

**(EN) DESCRIPTION:** Total diet replacement for weight control. Meal in the classical risotto style with mushrooms. Vegan.

**INSTRUCTIONS:** Only intended for healthy overweight or obese adults who intend to achieve weight reduction. Should not be used for more than eight weeks, or repeatedly for shorter periods than this, by healthy overweight or obese adults without the advice of a healthcare professional. Should not be used by pregnant or lactating women, adolescents or by individuals suffering from a medical condition without the advice of a healthcare professional.

**INGREDIENTS:** Textured pea protein, rice (24%), **SOY** protein, minerals (potassium chloride, calcium, phosphorus, magnesium, zinc, iron, manganese, copper, iodine, selenium, molybdenum) and vitamins (vitamin C, niacin, vitamin E, pantothenic acid, riboflavin, vitamin B6, thiamin, vitamin A, folic acid, vitamin K, biotin, vitamin D, vitamin B12), fibre (6%) (**OAT** fibre (gluten free), soluble corn fibre, partially hydrolyzed guar gum (Sunfiber®), psyllium husk powder), dried mushroom (*Boletus granulatus*) (4%), vegetable oil (rapeseed), **SOY** lecithin, flavouring, garlic powder (0.9%), choline bitartrate, parsley (0.3%), white pepper, vinegar, colour: ammonia caramel. For allergens see ingredients capitalised and bold. May contain traces of milk.

**STORAGE:** Cool, dry and out of direct sunlight.

**(DA/NO/SV) VAREBETEGNELSE/ BETECKNING:** Kosterstatning til vægtkontrol/ total kosterstatning for vektreduksjon/ komplett kosterstatning för viktkontroll. Ret/ maträtt af/av typen klassisk risotto med champignonersopp/svamp. Vegansk. Innehåller/ innehåller sädesstoffer/sättningsmedel/ sötningsmedel.

**INSTRUKTIONER:** Kun/bare/ endast bestemt til/ment for/för raske/sunne/friska overvægtige/vuxna med övervikt eller svært overvægtige/voksne/vuxne med fetma, der/ som har til hensigt/för avsikt att/å öppn vægttab/vektreduksjon/gå ned i vikt. Bør/bör ikke/ inte anvendes/brukes/ användas længere/ längre end/än otte/åtta uger/uker/vecker eller gentagne/gjentatte/upprepaede gange/gånger i kortere perioder af/av raske/sunne/friska overvægtige eller svært overvægtige/voksne/ vuxna med övervikt eller fetma uden/utan rådgivning/råd fra/från sundhedspersonale/

helsepersonell/sjukvårdspersonal. Bør/bör ikke/inte anvendes/brukes/ användas af/av gravide eller ammende kvinder/kvinnor, unge/ ungdommer/ungdommar eller personer, der/som lider af/av et helbredsproblem/en medicinsk tilstand/åkomma, uden/utan rådgivning/råd fra/från sundhedspersonale/helsepersonell/ sjukvårdspersonal.

**INGREDIENSER:** Tekstureret/struktureret ærteprotein/erteprotein/ärtprotein, ris (24%), **SOJA-/SOYA**protein, mineraler (kalium, chlorid/klorid, calcium, fosfor/fosfor, magnesium, zink/sink, jern/järn, mangan, kobber/koppar, jod, selen, molybdæn/molybden) og/ och vitaminer (vitamin C, niacin, vitamin E, pantothenyre/pantotensyra, riboflavin, vitamin B6, thiamin, vitamin A, folinsyre/folsyra, vitamin K, biotin, vitamin D, vitamin B12), fibre (6%) (**HAVRE**fibre (glutenfri), opløselige/løselig/löslig majs fibre, delvist hydrolyseret guargummi (Sunfiber®), psylliumskalpulver/ psylliumfröskalpulver), tørret/tørket/torkad champignon/sopp/svamp (*Boletus granulatus*) (4%), vegetabilisk olie/olja (raps), **SOJA**lecithin/ **SOYA**lecitin, aroma, hvidløgspulver/vittekpulver (0.9%), cholinbitartrat/kolinbitartrat, persille/persilja (0.3%), hvid/hvitt/vit pepper/peppar, eddike/vinäger, farve/farvestof/ färgämne: ammonieret karamel/sockerkulör. For allergener, se ingredienser med store bogstaver/bokstäver skrevet med versaler og/ och fed/uthevet skrift/fetstil. Kan indeholde/ innehålla spor/spår af/av mælk/melk/mjölk.

**OPBEVARING/FÖRVARING:** Køllet/kaldt/svalt, tørt/torr/et ikke i/skyddat från direkte sollys.

**(DE) BEZEICHNUNG:** Tagesrationen für gewichtskontrollierende Ernährung. Gericht vom Typ eines klassischen Risottos mit Champignons. Vegan.

**ZUTATEN:** Texturiertes Erbsenprotein, Reis

(24%), **SOJA**eiweiß, Mineralstoffe (Kalium, Chlor, Calcium, Phosphor, Magnesium, Zink, Eisen, Mangan, Kupfer, Jod, Selen, Molybdän) und Vitamine (Vitamin C, Niacin, Vitamin E, Pantothensäure, Riboflavin, Vitamin B6, Thiamin, Vitamin A, Folsäure, Vitamin K, Biotin, Vitamin D, Vitamin B12), Ballaststoffe (6%) (**HAFER**faser (glutenfrei), lösliche Maisfaser, teilweise hydrolysiertes Guarkeimehl (Sunfiber®), Flohsamenschalenpulver), getrockneter Champignon (*Boletus granulatus*) (4%), pflanzliches Öl (Raps), **SOJA** Lecithin, Aroma, Knoblauchpulver (0.9%), Cholinbitartrat, Petersilie (0.3%), weißer Pfeffer, Essig, Farbstoffe: Ammoniak-Zuckerkulör. Für Allergene siehe Zutaten in fettgedruckter Großschrift. Kann Spuren von Milch enthalten.

**AUFBEWAHRUNG:** Kühl, trocken und geschützt vor direkter Sonneneinstrahlung.

**(RO) DESCRIERE:** Încalculator total de dietă pentru controlul greutății. Preparat de tip risotto clasic cu ciuperci. Vegan.

**INSTRUCȚIUNI DE FOLOSIRE:** Destinat exclusiv adulților sănătoși supraponderali sau obezi care doresc să reducă greutatea corporală. Nu trebuie utilizat pentru o perioadă mai mare de 8 (opt) săptămâni sau în mod repetat pentru perioade mai scurte decât aceasta, de către adulții sănătoși supraponderali sau obezi, fără sfatul unui cadru medical din domeniul sănătății. Nu trebuie utilizat de femeile însărcinate sau care alăptează, de adolescenți sau de persoane care suferă de o afecțiune medicală, fără consultarea unui cadru medical din domeniul sănătății.

**INGREDIENTE:** Proteină texturată din mazăre, orez (24%), proteine din **SOIA**, minerale (potasiu, clor, calciu, fosfor, magneziu, zinc, fier, mangan, cupru, iod, seleniu, molibden) și vitamine (vitamina C, niacină, vitamina E, acid pantotenic, riboflavină, vitamina B6, tiamină, vitamina A, acid folic, vitamina K, biotină, vitamina D, vitamina B12), fibre (6%) (fibre din **OVĂZ** (fără gluten), fibre solubile din porumb, făină de miez de guar parțial hidrolizată (Sunfiber®), pulbere de coji de psyllium, ciuperci uscatelele (*Boletus granulatus*) (4%), vegetal (rapită), lecitină din **SOIA**, aromă, pulbere de usturoi (0.9%), bitartrat de colină, pătrunjel (0.3%), piper alb, otet, coloranți: caramel amoniacal. Pentru alergeni, vezi ingredientele marcate cu majuscule și bold. Poate conține urme de lapte.

**DEPOZITARE:** În locuri răcoase, uscate și ferite de lumina directă a soarelui.

nupo

## Diet Meal Risotto

Nutrition information / Næringsindhold / Näringsinnehåll / Nährwertinformation / Declarație nutrițională	34g	204g	238g
Energy/energi/Energie/valoare energetică (kJ)	508	3.049	3.556
Energy/energi/Energie/valoare energetică (kcal)	121	723	847
Fat/fedt/fett/Fett/grăsime (g)	2,6	16	18
- of which saturates/heraf mættede fedtsyrer/ varav måttet fett/davon gesättigte Fettsäuren/ din care acizi grași saturați (g)	0,4	2,3	2,8
Carbohydrate/kulhydrat/karbohydrater/kolhydrat/ Kohlenhydrate/glucide (g)	9,2	55	64
- of which sugars/heraf sukkerarter/varav sockerarter/ davon Zucker/din care zaharuri (g)	0,3	2,1	2,1
Fibre/kostfibre/fiber/Ballaststoffe/fibre (g)	3,5	21	25
Protein/Eiweiß/proteine (g)	14	81	98
Salt/Salz/sare (g)	0,54	3,2	3,8

Vitamins / Vitaminer / Vitamine			
Vitamin A (µg)	117	700	819
Vitamin D (µg)	1,8	11	13
Vitamin E (mg)	1,8	11	13
Vitamin K (µg)	13	75	91
Vitamin C (mg)	19	110	133
Thiamin/Tiamin/Tiamină (mg)	0,19	1,1	1,3
Riboflavin/Riboflavină (mg)	0,27	1,6	1,9
Niacin/Niacină (mg)	3,0	18	21
Vitamin B6 (mg)	0,30	1,8	2,1
Folic acid/folinsyre/folsyra/Folsäure/acid folic (µg)	33,5	201	235
Vitamin B12 (µg)	0,50	3,0	3,5
Biotin/Biotină (µg)	6,9	41	48
Pantothenic acid/pantotensyre/ pantotensyra/Pantothensäure/acid pantoteni (mg)	0,85	5,1	6,0

Minerals / Mineraler / Mineralstoffe / Minerale			
Potassium/kalium/potasiu (mg)	542	3.250	3.794
Chloride/Chlorid/klorid/clorură (mg)	341	2.040	2.387
Calcium/kalsium/Kalcium/calciu (mg)	158	950	1.106
Phosphorus/Phosphor/fosfor (mg)	157	944	1.099
Magnesium/magneziu (mg)	27,4	164	192
Iron/jern/järn/Eisen/fier (mg)	2,6	16	18
Zinc/Zink/cink (mg)	1,6	9,8	11
Copper/kobber/koppar/Kupfer/cupru (mg)	0,24	1,4	1,7
Manganese/Mangan (mg)	0,77	4,6	5,4
Selenium/Selen/seleniu (µg)	18	110	126
Molybdenum/molybdæn/molybden/ Molybdän/molibden (µg)	17	100	119
Iodine/Iod/iod (µg)	26,1	156	183
Sodium/Natrium/sodiu (mg)	220	1.300	1.540

Linoleic acid/Linolinsyre/Linolinsäure/acid linoleic (g)	0,7	4,3	4,9
Alpha-linolenic acid/Alpha-linolinsyre/ Alpha-Linolensäure/acid alfa-linolenic (g)	0,2	1,0	1,4
Choline/cholin/kolin/Cholin/colină (mg)	101	606	707

(EN) Best before end & batch no. (DA/NO/SV) Bedst før udgangen af & batch nr./ Bäst före utgången av & partikod. (DE) Mindestens haltbar bis Ende & Lot-Nummer (RO) A se consuma de preferință înainte de sfârșitul:

Nupo, Midtager 29, 2. tv, 2605 Brøndby, Denmark, www.nupo.dk  
Nupo, Floor 9/10, 133 Finnieston Street, Glasgow, G3 8HB, United Kingdom, www.nupo.co.uk



nupo

# Diet Meal Risotto

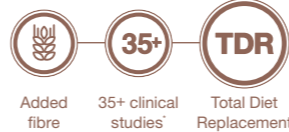
Clinically proven



Serving suggestion

Total Diet Replacement for weight control

Made easy and simple – nutritious and delicious dieting



\*All Total Diet Replacements are clinically proven



## Mix. Shake. Enjoy.

**Add 125 ml water and 1 sachet of Nupo in a shaker.**  
Tilsæt/tillsätt 125 ml vand/vann/vatten og/och 1 brev/påse Nupo i en shaker.  
Geben Sie 125 ml Wasser und 1 Beutel Nupo in einen Shaker.  
Addați 125 ml de apă și 1 plic de Nupo într-un shaker.

**Shake thoroughly and pour into a bowl.**  
Ryst/rist/skaka grundigt/ordentligt og/och hæld/hell/häll i en skål/bolle.  
Gründlich schütteln und in eine Schüssel geben.  
Agitați bine și turnați într-un bol.

**Heat for approx. 2 minutes in a microwave. Can also be heated in a pot. Stir and let stand 5 minutes.**  
Opvarm/värm i ca. 2 minutter i en mikrobølgeovn/mikrovågsugn.  
Kan også/också opvarmes/värms i en gryde/gryta. Omrør/rör om og/och lad/låt stå i 5 minutter.  
Für ca. 2 Minuten in der Mikrowelle erhitzen. Kann auch in einem Topf erhitzt werden. Rühren Sie um und 5 min stehen lassen.  
Încălziți timp de aproximativ 2 minute în cuptorul cu microunde sau pe aragaz. Amestecați și lăsați să stea timp de 5 minute.

## SHAKE IT till you MAKE IT

(EN) Replace all your meals with 6 servings of Nupo for a very low-calorie daily diet or 7 servings for a low-calorie daily diet. It is important to consume all servings every day and follow the instructions. When used in accordance with the instructions, the product covers the entire daily nutritional requirement. Always ensure adequate daily fluid intake. (DA/NO/SV) Erstat/Ersätt alle dine måltider med 6 portioner/porjoner Nupo for/för en dagkost/daglig diet med et meget/svært/mycket lavt/lågt kalorieindhold/kaloririnnehåll eller 7 portioner/porjoner for/för en dagkost/daglig diet med et lavt/lågt kalorieindhold/kaloririnnehåll. Det er/är vigtigt/viktigt at indtage/konsumere alle portioner/porjoner hver/varje dag samt/och følge/följ bruksanvisningen/instruksjonene/bruksanvisningen. Anvendes/dersom/när produktet brukes/ används i overensstemmelse med/henhold til/enligt bruksanvisningen/instruksjonene/bruksanvisningen, dækkes/dekkes/täcks hele/hela det daglige næringsstofbehov/næringsbehovet/næringsbehovet. Sørg altid for/se alltid til at upprätthålla et tillräckligt/tillräckligt dagligt væskeindtagelse/væskeintak/vätskeintag. (DE) Ersetzen Sie alle Ihre Mahlzeiten durch 6 Portionen Nupo für eine sehr kalorienarme Tagesdiät oder 7 Portionen für eine kalorienarme Tagesdiät. Es ist wichtig, alle Portionen täglich zu konsumieren und die Anweisungen zu befolgen. Bei Anwendung gemäß den Anweisungen deckt das Produkt den gesamten täglichen Nährstoffbedarf. Achten Sie stets auf eine ausreichende tägliche Flüssigkeitszufuhr. (RO) Înclocuți toate mesele cu 6 porții de Nupo pentru o dietă zilnică cu foarte zilnică hipocalorică sau cu 7 porții pentru o dietă zilnică hipocalorică. Este important să consumați toate porțiile în fiecare zi și să respectați instrucțiunile. Atunci când este utilizat conform instrucțiunilor, produsul acoperă întreaga necesitate zilnică de nutriție. Asigurați-vă întotdeauna că aveți un aport adecvat de lichide zilnic.

nupo.com

...come join us



odnu  
Explore our full range  
SCAN