

(EN) DESCRIPTION: Total diet replacement for weight control. Oatmeal with cherries and vanilla flavouring. Contains sweetener.

INSTRUCTIONS: Only intended for healthy overweight or obese adults who intend to achieve weight reduction. Should not be used 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: SOY protein, OAT flakes (25%), 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), vegetable oil (rapeseed, soy), fibre (4%) (OAT fibre (gluten free), soluble corn fibre, partially hydrolyzed guar gum (Sunfiber®), psyllium husk powder), cream powder (MILK), SOY lecithin, dried cherries (cherries, apple juice concentrate) (2%), thickeners: cellulose gum, guar gum; flavouring, MILK protein, strawberry powder (0,3%), choline bitartrate, sweetener: sucralose; colour: ammonia caramel. For allergens see ingredients capitalised and bold.

STORAGE: Cool, dry and out of direct sunlight.

(DA/NO/SV) VAREBETEGNELSE/ BETEKNING: Kosterstatning til vægtkontrol/ kostersstatning for vektreduksjon/komplett kostersætning för viktcontrol. Havregrod/havregrynsgrot med kirsebær/körbär og/och vaniljesmag/vaniljesmak. Indeholder/innehåller södestof/sättningsmiddel/sötningssmedel.

INSTRUKTIONER: Kun/bare/ endast bestemt til ment for/för raske/sunne/friska övervågtige/vuxna med övervikt eller svart övervågtige voksne/vuxne med fetma, der/som har til hensigt/för avsikt at/å opnå vægttab/vektreduksjon/gå ned i vikt. Bar/bör ikke/inte anvendes/brukes/ämnändas längre/längre end/än otte/åtta uger/uker/veckor eller gentagne/gjentatte/uppprepade gange/gångar i kortere perioder af/av raske/sunne/friska övervågtige eller svart övervågtige voksne/vuxna med övervikt eller fetma uden/utan rådgivning/råd fra/från sundhedspersonale/helsepersonell/sjukvårdspersonal. Bar/bör ikke/inte anvendes/brukes/ämnändas af/av gravide eller ammende

Net weight / Nettovægt/-vikt / Nettogewicht/Greutate neta:

12 x 32 g / 384 g

kvinder/kvinnor, unge/ungdommer/ungdomar eller personer, der/som lider af/av et helbredsproblem/en medicinsk tilstand/åkomma, uden/utan rådgivning/råd fra/från sundhedspersonale/helsepersonell/sjukvårdspersonal.

INGREDIENSER: SOJAprotein, HAVREflager/HAVREflingor (25%), mineraler (kalium, klorid/ klorid, calcium, fosfor/fosfor, magnesium, zink/sink, jern/järn, mangan, kobber/koppar, jod, selen, molybdæn/molybden) og/och vitaminer (vitamin C, niacin, vitamin E, pantothenesyre/pantotensyra, riboflavin, vitamin B6, thiamin, vitamin A, folinsyre/folsyra, vitamin K, biotin, vitamin D, vitamin B12), vegetabilsk olie/olja (raps, soja/soja), fibre (4%) (HAVREfibre (glutenfri), opløselige/løselig/löslig majsfibre, delvist hydrolyseret guargummi (Sunfiber®), psylliumskalpulver/psylliumfröskalspulver), flødepulver/gräddpulver (MELK/MELK/MJÖLK), SOJALECITHIN/SOJALECITHIN, tørrede/torkade kirsebær/körbär (kirsebær/körbär, abbe-/äple-/äppeljuicekoncentrat) (2%), fortykningsmidler/förtjockningsmedel: cellulosegummi, guargummi/guar kärmjött; aroma. MELKE-/MELKE-/MJÖLKprotein, jordbærpulver/jordgubbsspulver (0,3%), cholebinbitartrat/kolinbitartrat, södestof/sötningssmedel: sucralose; farve/farvestof/färgämne: ammonieret karamel/sockerkulör. For allergener, se ingredienser med store bogstaver/bokstäver skrivet med versaler og/och fed/uthevet skrift/fetstil.

OPBEVARING/FÖRVARING: Køllet/kaldt/svalt, tørt/torr og ikke i/skyddet från direkte sollys.

(DE) BEZEICHNUNG: Tagesrationen für gewichtskontrollierende Ernährung. Hafertbrei mit Kirschen und Vanille-Geschmack. Mit Süßungsmittel.

ANLEITUNG: Das Erzeugnis ist ausschließlich für gesunde übergewichtige oder fettliebige Erwachsene bestimmt, die ihr Gewicht verringern möchten. Sollte von gesunden übergewichtigen oder fettliebigen Erwachsenen nicht länger als acht Wochen oder wiederholt über kürzere Zeiträume als acht Wochen ohne den Rat eines/einer Angehörigen der Gesundheitsberufe verzehrt werden. Sollte von Schwangeren oder Stillenden, von Jugendlichen oder von Personen mit Gesundheitsbeschwerden nicht ohne den Rat eines/einer Angehörigen der Gesundheitsberufe verzehrt werden.

ZUTATEN: SOJAEIWEIß, HAFERflocken (25%), 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), pflanzliches Öl (Raps, Soja), Ballaststoffe (4%) (HAFERfaser (glutenfrei), lösliche Maistfaser, teilweise hydrolysiertes Guarkeimehl (Sunfiber®), Flohsamenschalenpulver), Sahnepulver [MILCH], SOJA Lecithin, getrocknete Kirschen (Kirschen, Apfelsaftkonzentrat) (2%), Verdickungsmittel: Cellulosegummi, Guarkeimehl; Aroma, MILCHEIWEIß, Erberbepulver (0,3%), Cholebinbitartrat, Süßungsmittel: Sucralose; Farbstoffe: Ammoniak-Zuckerulör. Für Allergene siehe Zutaten in fettgedruckter Großschrift.

AUFBEWAHRUNG: Kühl, trocken und geschützt vor direkter Sonneneinstrahlung.

(RO) DESCRIERE: Inlocuitor total de dietă pentru controlul greutății.Terci de ovăz cu cereșe și aromă de vanilie. Cu îndulcitor.

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 adulți 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: Proteine din SOIA, fulgi de OVĂZ (25%), 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), ulei vegetal (rapită, soia), fibre (4%) (fibre din OVĂZ (fără gluten), fibre solubile din porumb, făină de miez de guar parțial hidrolizată (Sunfiber®), pulbere de coji de psyllium), pulbere de smântână [LAPTE], lecitină din SOIA, cereșe uscate (cereșe, concentrat de suc de mere) (2%), agenți de îngroșare: gumă de celuloză, gumă de guar; aromă, proteine din LAPTE, pulbere de cășuni (0,3%), bitartrat de colină, îndulcitor: sucraloză; coloranți: caramel amoniacal. Pentru alergeni, vezi ingredientele marcate cu majuscule și bold.

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

nupo

Diet Oatmeal Vanilla & Red Berries

Nutrition information / Næringsindhold / Näringsinnehåll / Nährwertinformation / Declarație nutrițională	32 g	192 g	224 g
Energy/energi/Energie/valoare energetică (kJ)	504	3.026	3.528
Energy/energi/Energie/valoare energetică (kcal)	120	723	840
Fat/fedt/fett/Fett/grăsime (g)	3,6	22	25
- of which saturates/heraf mættede fedtsyrer/ varav mättat fett/davon gesättigte Fettsäuren/ din care acizi grași saturați (g)	1,0	5,7	7,0
Carbohydrate/kulhydrat/karbohydrater/kolhydrat/ Kohlenhydrate/glucide (g)	6,7	40	47
- of which sugars/heraf sukkerarter/varav sockerarter/ davon Zucker/din care zaharuri (g)	1,1	6,9	7,7
Fibre/kostfibre/fiber/Ballaststoffe/fibre (g)	3,3	20	23
Protein/Eiweiß/proteine (g)	14	82	98
Salt/Saltz/sare (g)	0,56	3,4	3,9
Vitamins / Vitaminer / Vitamine			
Vitamin A (µg)	117	705	819
Vitamin D (µg)	1,7	10	12
Vitamin E (mg)	1,7	10	12
Vitamin K (µg)	12	72	84
Vitamin C (mg)	19	110	133
Thiamin/Tiamin/Tiaminā (mg)	0,19	1,1	1,3
Riboflavin/Riboflavinā (mg)	0,29	1,8	2,0
Niacin/Niacinā (mg)	2,9	17	20
Vitamin B6 (mg)	0,29	1,8	2,0
Folic acid/folinsyre/folsyra/Folsäure/acid folic (µg)	33,0	198	231
Vitamin B12 (µg)	0,50	3,0	3,5
Biotin/Biotinā (µg)	7,7	46	54
Pantothenic acid/pantotensyre/ pantotensyra/Pantothensäure/acid pantoteni (mg)	0,86	5,1	6,0
Minerals / Mineraler / Mineralstoffe / Minerale			
Potassium/kalium/potasiu (mg)	542	3.250	3.794
Chloride/Chlorid/klorid/clorură (mg)	285	1.710	1.995
Calcium/kalsium/Kalcium/calciu (mg)	159	955	1.113
Phosphorus/Phosphor/fosfor (mg)	234	1.410	1.638
Magnesium/magneziu (mg)	27,8	167	195
Iron/jern/järn/Eisen/fier (mg)	2,4	15	17
Zinc/Zink/cink (mg)	1,6	9,8	11
Copper/kobber/koppar/Kupfer/cupru (mg)	0,28	1,7	2,0
Manganese/Mangan (mg)	0,76	4,6	5,3
Selenium/Selen/seleniu (µg)	18	110	126
Molybdenum/molybdæn/molybden/ Molybdæn/molibden (µg)	17	100	119
Iodine/Iod/iod (µg)	26,3	158	184
Sodium/Natrium/sodiu (mg)	230	1.400	1.610
Linoleic acid/Linolinsyre/Linolinsäure/acid linoleic (g)	1,0	6,0	7,0
Alpha-linolenic acid/Alpha-linolinsyre/ Alpha-Linolinsäure/acid alfa-linolenic (g)	0,2	1,4	1,4
Choline/cholin/kolin/Cholin/colinā (mg)	100	600	700

Per daily allowance/ Pr. total dagsration/ dagsrasjon/dagsranson/ Je Tagesration/ Per rație zilnică totală:

6 servings/ 6 servings per day
7 servings/ 7 servings per day
7 servings/ 7 servings per day
Total Diet Replacement

nupo

Diet Oatmeal Vanilla & Red Berries

flavour
Clinically proven*



Serving suggestion

Total Diet Replacement for weight control

Made easy and simple – nutritious and delicious dieting



Added fibre 35+ clinical studies Total Diet Replacement

12 servings

nu TRITIONAL POWER

*All Total Diet Replacements are clinically proven

Mix. Shake. Enjoy.



1 Add 175 ml water and 1 sachet of Nupo in a shaker. Tilsæt/tilsätt 175 ml vand/vann/vatten og/och 1 brev/påse Nupo i en shaker. Geben Sie 175 ml Wasser und 1 Beutel Nupo in einen Shaker. Addăuți 175 ml de apă și 1 plic de Nupo într-un shaker.

2 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.

3 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/värmes 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. Incăzăți 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/porsjoner Nupo for/för en dagskost/daglig diet med et meget/svært/mycket lavt/lågt kalorieindhold/kalorriinnehåll eller 7 portioner/porsjoner for/för en dagskost/daglig diet med et lavt/lågt kalorieindhold/kalorinnehåll. Det er/är vigtigt/viktigt at indtage/konsumere alle portioner/porsjoner hver/varje dag samt/och følge/följ bruksanvisningen/instruksjonene/bruksanvisningen. Anvendes/dersom/när produktet brukes/ämnänds i överensstemmelse med/henhold til/enligt bruksanvisningen/instruksjonene/bruksanvisningen, dækkes/dekkes/täcks hele/hela det daglige næringsstoffbehov/næringsbehovet/næringsbehovet. Sørg altid for/se alltid till at opprätthålla et tilstrækkelig/tillräckligt daglig 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) Înlocuiți 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



(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
Explore our full range
SCAN