

Mimosa Smart Meal, sem complicações.

Tudo o que queres saber, explicado de forma simples.

O que é Mimosa Smart Meal?

É um substituto de refeição para controlo do peso que pode substituir uma refeição principal em dietas de restrição calórica. Trata-se de uma bebida láctea nutricionalmente densa, pensada para aqueles dias em que falta tempo ou lugar para uma refeição.

O que tem cada embalagem?

Em 300 ml, encontras 26 vitaminas e minerais, 30 g de proteína, 10 g de fibra, num total de aproximadamente 240 kcal. Tudo isto sem açúcares adicionados, sem edulcorantes, sem lactose e sem glúten.

Que sabores existem?

Há três à escolha: Cacau, Morango e Banana.

É uma bebida láctea proteica?

Mimosa Smart Meal é mais do que isso. Além de fornecer 30 g de proteína, é nutricionalmente densa, fornecendo 10 g de fibra e 26 vitaminas e minerais. É um substituto de refeição para controlo do peso, pronto a beber, que pode substituir uma refeição principal em dietas de restrição calórica, no contexto de uma alimentação equilibrada e variada e de um estilo de vida saudável.

A proteína vem de onde?

Do leite. É proteína de alto valor biológico, fornecendo naturalmente todos os aminoácidos essenciais.

Tenho de o guardar no frigorífico?

Não, pode estar à temperatura ambiente. Mas sabe melhor fresco, por isso podes encontrá-lo no linear refrigerado.

E antes de beber: agita bem!



Posso beber Mimosa Smart Meal mesmo que não esteja a seguir uma dieta de restrição calórica?

Sim. Mimosa Smart Meal é um alimento nutricionalmente denso e pode ser consumido noutras ocasiões do dia alimentar, isoladamente ou como complemento de uma refeição.

Mimosa Smart Meal emagrece?

Não. Nenhum alimento, por si só, emagrece. A gestão do peso depende de vários fatores, incluindo a alimentação e a atividade física.

E pode contribuir para o controlo do peso?

Sim, Mimosa Smart Meal é útil como substituto de refeição para controlo de peso apenas como parte de uma dieta de restrição calórica, que inclui necessariamente outros alimentos e uma ingestão diária adequada de líquidos.

A substituição de uma refeição diária de um regime alimentar de baixo valor energético por um substituto de refeição contribui para a manutenção de peso após perda do mesmo. E a substituição de duas refeições principais diárias de um regime alimentar de baixo valor energético por substitutos de refeição contribui para a perda de peso.

Recomenda-se que uma dieta de restrição calórica seja supervisionada por um profissional de saúde especializado, como um nutricionista.

Deve fazer parte de uma alimentação equilibrada e variada e de um estilo de vida saudável.

Significa que devo substituir sempre as minhas refeições por Smart Meal?

Não, Mimosa Smart Meal deve fazer parte de uma alimentação equilibrada e variada e de um estilo de vida saudável. Trata-se de uma bebida láctea nutricionalmente densa, pensada para aqueles dias em que falta tempo ou lugar para uma refeição e apresenta um perfil nutricional especificamente desenhado para poder substituir uma refeição principal em dietas de restrição calórica.

É adequado para pessoas com intolerância à lactose?

Sim. Mimosa Smart Meal é isento de lactose.

É adequado para crianças?

Mimosa Smart Meal não foi desenvolvido a pensar nas necessidades nutricionais de crianças.

O que devo considerar se estiver a fazer uma dieta de restrição calórica?

A dieta deve incluir necessariamente outros alimentos e uma ingestão diária adequada de líquidos. Recomenda-se ainda o acompanhamento por um profissional de saúde especializado, como um nutricionista. Mimosa Smart Meal deve fazer parte de uma alimentação equilibrada e variada e de um estilo de vida saudável.