

תוסף מושלם
לכל רגע ביום



שייק הקומפליט - שאלות ותשובות

כיצד מכינים את השייק?

+ איך שאתם בוחרים! זהו אחד הדברים היפים בקומפליט - שהוא טעים בשילוב עם כוס מים, מיץ או כל משקה אחר לבחירתכם. כמו כן, ניתן להשתמש באבקת הקומפליט כמרכיב מצויין לאפיה, או כבסיס לסמודי בשילוב עם חלב מכל סוג ובתוספת ירקות או פירות, מה שאתם אוהבים!
+ מוסיפים כפית מדידה אחת של אבקת קומפליט, או שקית בודדת ל-250 מ"ל מים (או לכל משקה אחר שאתם בוחרים) ומערבבים היטב על ידי ניעור חזק או בבלנדר.

מהי התדירות שניתן לשתות את שייק הקומפליט?

+ זה לגמרי תלוי בכם. לקוחות רבים שותים את שייק הקומפליט בכל בוקר, במיוחד כאשר הם ממהרים, כיוון שהשייק מספק מרכיבים חיוניים לגופינו. השקיות האיטיות שלנו מתאימות במיוחד לשימוש כאשר אתם נמצאים מחוץ לבית, וכמובן שגם אנשים העושים ספורט, משתמשים בקומפליט למילוי מאגרי הגוף לאחר אימון.

תערובת החלבונים בשייק הקומפליט:

+ החלבון בשייק הקומפליט הינו תערובת של חלבון צמחי באיכות הגבוהה ביותר. מנת שייק מכילה בין 13-14 גרם חלבון סויה שעבר עיבוד מינימלי ע"י שטיפה במים, ובנוסף תערובת חלבונים: חלבון אפונה, חלבון אורז ואבקת חומס.
+ מחקרים קלינים רבים מראים שסויה הינו מרכיב איכותי ביותר. סויה הוא החלבון הצמחי היחיד שמכיל פרופיל מלא של חומצות אמינו שגוף האדם זקוק להם. הסויה בשייק הקומפליט אינה מהונדסת גנטית ובטוחה לשימוש.

מה זה שייק קומפליט?

+ שייק הקומפליט של ג'וס פלאס מבוסס על חלבון צמחי, טעים להפליא (בטעמים שוקו או וניל) וקל להכנה. עם שייק הקומפליט תהנו מתזונה נבונה ומאורח חיים בריא יותר.

מהו הערך התזונתי של שייק הקומפליט?

+ כל מנת הגשה מכילה 37 גרם. (37.5 במנת שוקו).
כאשר מכינים את השייק יחד עם 250 מ"ל מים, הוא מכיל את הערכים הבאים:

- 1 גרם שומן
- 20 גרם פחמימות
- 14 גרם חלבונים (13 גרם בשוקו)
- 131 קלוריות (127 קל בשוקו)

מדוע השייק מכיל פחמימות?

+ פחמימות הן חלק חיוני בשמירה על הבריאות שלנו. הגוף שלנו זקוק לפחמימות ומשתמש בהן כדלק.

ומה בנוגע לצריכת הסוכר?

+ ישנם סוגים שונים של סוכר. אנחנו מעדיפים מרכיבים שהם קרובים יותר לטבע, ולכן משתמשים בסוכר קנים אורגני. מנת הגשה אחת של שייק קומפליט מכילה פחות סוכר מאשר בתפוז ממוצע.
+ שייק הקומפליט מוגדר כבעל ערך גליקמי נמוך, כיוון שהאינדקס הגליקמי שלו עומד על פחות מ-50.

חומרי טעם וריח:

+ הרכיבים בשייק לא כוללים חומרי טעם וריח מלאכותיים, בזכות הממתיקים הטבעיים היחודיים שלנו.
והטעם? הטעם נהדר; ניתן להשיג את שייק הקומפליט שלנו בטעם וניל צרפתי ובטעם שוקולד הולנדי.

