

# ENERGETICKÁ TYČINKA



Naša chutná energetická tyčinka je ideálnym zdravým jedlom pred alebo po tréningu a môžete si ju vziať so sebou aj na cestu. Je plná mandlí, ďatlí a obsahuje množstvo superpotravín, ako semienka chia, quinoa, tekvicové a sezamové semienka – a navyše aj vlákninu inulín pre maximálny účinok.

Ingrediencie boli vybrané ľuďmi, pre ktorých je zdravie na prvom mieste, a pochádzajú z najekologickejších fariem, aké sme dokázali nájsť. Tyčinka je prirodzene vegánska, bez geneticky modifikovaných zložiek, a obsahuje iba prírodné cukry.

- ▶ **VYSOKÝ OBSAH ENERGIE** – rýchly a dlhotrvajúci zdroj energie.
- ▶ **VYSOKÝ OBSAH VLÁKNINY<sup>1</sup>** – 10 g prospešnej vlákniny, ktorá prospieva vášmu telu.
- ▶ **BEZ PRIDANÉHO CUKRU** – dobite si energiu bez vytvorenia chuti na sladké.
- ▶ **Vhodné pre VEGÁNOV** – aby si mohol pochutnať každý.
- ▶ **BEZ GENETICKY MODIFIKOVANÝCH INGREDIENCIÍ** – môžeme vás uistiť, že sme použili len tie najlepšie ingrediencie.
- ▶ **RIADENÉ INFORMOVANÝM VÝBEROM** – túto tyčinku si môžu bezpečne vychutnať aj športovci, pretože neobsahuje prísady zakázané Svetovou antidopingovou agentúrou (WADA)

## AKTÍVNE ZLOŽKY



**26 % MANDLE** Mandle sú vysoko výživným orechom a bohatým zdrojom vitamínu E, mangánu a horčička. Mandle sú zdrojom medi, fosforu, niacínu, vlákniny a antioxidantov. V porovnaní s ostatnými orechmi sú bohatšie na živiny a zdraviu prospešné zložky, mono- a polynenasýtené tuky a antioxidanty. Mandle obsahujú prirodzene sa vyskytujúce cukry.



**20 % ĎATLE** Ďatle sú dobrým zdrojom železa, vlákniny, vitamínu A a draslíka. Nachádzajú sa v nich esenciálne minerály, ako vápnik, fosfor, sodík, horčička a zinok, vďaka čomu sú jednou z najzdravších potravín na svete. Ďatle majú vysoký obsah rozpustnej vlákniny, ktorá je nevyhnutná pre zdravú funkciu čriev a pohodlný prechod potravy cez črevný trakt. Ďatle obsahujú prirodzene sa vyskytujúce cukry, ako glukóza, fruktóza a sacharóza. Preto sú ideálnym občerstvením pre okamžité dobitie energie.



**8 % TEKVICOVÉ SEMIENKA** Tekvicové semienka obsahujú rad rôznych antioxidačných fytonutrientov vrátane niektorých fenolových kyselín a polyfenolov, ako sú lignany. Tekvicové semienka tiež obsahujú fytoosteroly podporujúce zdravie. Tekvicové semienka sú veľmi dobrým zdrojom zinku, železa, fosforu, horčička, mangánu a medi a Svetová zdravotnícka organizácia odporúča ich konzumáciu ako dobrý spôsob získavania týchto živín. Okrem toho sú tekvicové semienka skvelým zdrojom vlákniny, bielkovín a omega-3 a omega-6 esenciálnych mastných kyselín.



**6 % SEZAMOVÉ SEMIENKA** Sezamové semienka majú pozitívny vplyv na zdravie vzhľadom na ich obsah živín, vrátane vitamínov, minerálov, prírodných olejov a organických zlúčenín, ktoré sa skladajú z vápnika, železa, horčička, fosforu, mangánu, medi, zinku, vlákniny, tiamínu, vitamínu B6, folátu, bielkovín, a tryptofánu. Sušené celé sezamové semienka sa skladajú z 23 % sacharidov a 12 % vlákniny, 50 % tuku a 18 % bielkovín.



**6 % QUINOA** Quinoa je bohatá na bielkoviny a je jednou z mála rastlinných potravín, ktoré obsahujú všetkých deväť esenciálnych aminokyselín, a preto je vynikajúcim zdrojom bielkovín. Obsahuje prospešnejšie bielkoviny než väčšina zŕn a vo väčšom množstve. Má tiež vysoký obsah vlákniny, horčička, vitamínov skupiny B, železa, draslíka, vápnika, fosforu, vitamínu E a flavonoidov, ktoré sú rastlinnými antioxidantmi.



**5 % CHIA SEMIENKA** Chia semienka sú plné živín a energie, a stali sa jednou z najpopulárnejších superpotravín pre ľudí, ktorí sa venujú zdravému životnému štýlu. Dôvodom, prečo sú chia semienka tak prospešné, je ich bohatý obsah vlákniny, omega-3 mastných kyselín, bielkovín, vitamínov A, B, E a D a minerálov vrátane síry, železa, jódu, horčička, mangánu, niacínu a tiamínu; okrem toho sú bohatým zdrojom antioxidantov.



**5 % INULÍN** Inulín je rozpustná forma vlákniny nachádzajúca sa v mnohých rastlinách, ale najčastejšie sa extrahuje z čakanky. Tento prirodzene sa vyskytujúci polysacharid/fruktán sa však nespacováva, a preto má inulín len minimálny vplyv na zvýšenie hladiny cukru v krvi. Zvyšuje vstrebávanie vápnika a prípadne aj horčička, pričom podporuje rast prospešných baktérií v hrubom čreve.

## NEAKTÍVNE ZLOŽKY

14 % IMO Izomalto-oligosacharid (IMO) je mierne sladký sacharid rastlinného pôvodu, ktorý sa prirodzene vyskytuje vo fermentovaných potravinách. Má určité prospešné vlastnosti podobné oligofruktóze a inulínu, a rovnako ako oni sa skladá z uhľovodíkových reťazcov (glukóza), ktoré sú hlavne odolné voči tráveniu, a preto majú nízky obsah kalórií a nízky glykemický index (34)\*.

Bolo preukázané, že podporuje rast prospešných baktérií v hrubom čreve a dokonca účinne zlepšuje pohyby čriev, vyprázdňovanie a mikrobiálnu fermentáciu v hrubom čreve bez akýchkoľvek nepriaznivých účinkov\*\*.

\*Individuálna klasifikácia potravín pre GI: Nízky index: 55 alebo menej. Stredný index: 56 – 69 Vysoký index: 70+.

\*\*Vyššie dávky (viac ako 8 tyčínok za deň) môžu spôsobiť problémy ako plynatosť, nadúvanie a riedku stolicu.

7 % Vegánsky glycerol Je vyrobený z repky, pôsobí ako zvlhčovač a udržuje vlhkosť a štruktúru zložiek v tyčinke.

4 % Olivový olej Panenský olivový olej zo španielskych plantáží, kde sú hnojivá a pesticídy zakázané, aby sa zabezpečila maximálna kvalita.

## OSTATNÉ INFORMÁCIE

**VYSOKÝ OBSAH VLÁKNINY:** Energetická tyčinka Zinzino obsahuje 10,4 g vlákniny, čo je viac ako 42 % odporúčaného denného príjmu pre dospelých. Vlákna má blahodarné účinky na naše črevá, hladinu cholesterolu a pocit sýtosti.

**BEZ PRIDANÉHO CUKRU:** Energetická tyčinka neobsahuje žiadne pridané cukry. Všetky druhy ovocia a orechov však majú prirodzený obsah cukru. Keďže tento cukor je obalený vlákninou, má pozitívny vplyv na metabolizmus v našom tele. Vlákna pomáha spomaliť vstrebávanie cukru, čo zabraňuje tomu, aby sa cukor dostal priamo do pečene. Energetická tyčinka Zinzino má dokonalé zloženie pre okamžité dobitie energie.

**VHODNÉ PRE VEGÁNOV:** Všetky ingrediencie v Energetickej tyčinke Zinzino pochádzajú z vegánskych certifikovaných zdrojov a tak si ich môžu vychutnať všetci vegáni, vegetariáni a ostatní, ktorí túžia po energii a chutnej energetickej tyčinke.

**GMO:** Energetická tyčinka Zinzino neobsahuje geneticky modifikované sójové a/alebo kukuričné zložky a/alebo geneticky modifikované potravinárske prísady či príchuť.

**Svetová protidopingová agentúra (WADA):** Energetická tyčinka Zinzino neobsahuje ani neprišla do styku s výrobkami, ktoré sú zakázané Medzinárodným olympijským výborom a agentúrou WADA. Tyčinka sa nachádza na zozname schválených produktov informovaného výberu.

**ŤAŽKÉ KOVY:** Energetická tyčinka Zinzino má certifikát o nulovom obsahu ťažkých kovov a spĺňa podmienky nariadenia Európskej komisie č. 1881/2006/ES.

**PESTICÍDY:** Energetická tyčinka Zinzino má certifikát o nulovom obsahu stopových alebo zvyškových množstiev pesticídov a spĺňa podmienky nariadenia Európskej komisie č.396/2005/ES.

**NANO TECHNOLOGIA:** Energetická tyčinka Zinzino má certifikát o nulovom obsahu nanočastíc.

**BEZ LEPKU:** Energetická tyčinka Zinzino neobsahuje žiadne obilniny obsahujúce lepok (pšenica, raž, jačmeň, ovos, špalda, kamut) ani výrobky z nich.

**PREDÁVANÉ MNOŽSTVÁ:** Energetická tyčinka Zinzino sa predáva len v balení po 4 kusoch a každá tyčinka má 40 gramov. Každá tyčinka je balená jednotlivo.

**UPOZORNENIE:** Obal každej tyčinky obsahuje tlačené informácie, ale iba v angličtine. Na vonkajšej strane krabice nájdete všetky dôležité informácie, ako zoznam ingrediencií, vo vašom jazyku.

### NUTRIČNÁ HODNOTA

(podľa smernice EÚ 2008/100/ES a 2011/1169/ES):

| Nutričná hodnota     | Na 100 g         | Na 40 g         |
|----------------------|------------------|-----------------|
| Energetická hodnota  | 1699 kJ/410 kcal | 679 kJ/164 kcal |
| Tuky                 | 23,5 g           | 9,4 g           |
| z toho nasýtené tuky | 2,6 g            | 1,0 g           |
| Sacharidy            | 28,1 g           | 11,3 g          |
| z toho cukry         | 15,8 g           | 6,3 g           |
| Vláknina             | 26,0 g           | 10,4 g          |
| Bielkoviny           | 11,1 g           | 4,4 g           |
| Sof                  | 0,05 g           | 0,02 g          |

**MÔŽE OBSAHOVAŤ:** arašidy a výrobky z nich. Obsahuje prírodné cukry.

**SKLADOVANIE:** Skladujte na suchom mieste pri teplote 15 – 22 °C a chráňte pred priamym slnečným žiarením.

**ZLOŽENIE:** Mandle 25,5 %, datle 20 %, izomalto-oligosacharid\* 14 %, tekvicové semienka 8,2 %, sezamové semienka 6,1 %, quinoa vločky 6,1 %, zvlhčovač (glycerol) 7 %, inulín 5 %, chia semienka (salvia hispanica) 5 %, olivový olej 4 %.

\*izomalto-oligosacharid je zdrojom glukózy, ale má nízky glykemický index 34.

### NUTRIČNÉ TVRDENIE (ÚRAD EFSA)

*†Tvrdenie, že potravina má vysoký obsah vlákniny, a každé tvrdenie, ktoré môže mať pre spotrebiteľa rovnaký význam, sa môže uvádzať len vtedy, ak výrobok obsahuje aspoň 6 g vlákniny na 100 g alebo aspoň 3 g vlákniny na 100 kcal.*