

Jak używać łyżki do odmierzania **Herbalife Nutrition**?

Ten prosty poradnik ułatwi Ci odmierzanie odpowiednich ilości Twoich ulubionych produktów **Herbalife Nutrition**.



Koktajl odżywczy Formuła 1



- Użyj głównej łyżki z napisem **F1/PDM 28 cc**, by odmierzyć 2 płaskie łyżki Koktajlu Formuła 1.
- Zmieszaj je z 250 ml chudego mleka, by przyrządzić zdrowy i pyszny koktajl zastępujący posiłek.

Formuła 3 Odżywka białkowa



- Odwróć łyżkę do góry nogami, a znajdziesz łyżeczkę z napisem **PPP 15 cc**.
- 1 płaska łyżeczką to 6 g Odżywki białkowej - idealna porcja, którą możesz dodać do swojego Koktajlu Formuła 1, by dopasować spożycie białka do swoich potrzeb.

Protein drink mix



- 2 płaskie łyżki (użyj głównej łyżki oznaczonej **F1/PDM 28 cc**) to 28 g Protein drink mix, czyli jedna porcja.
- Zmieszaj je z 250 ml wody, by uzyskać smaczną, niskokaloryczną przekaszkę z dużą zawartością białka.

Herbatka rozpuszczalna



- Jeśli odwrócisz łyżkę, znajdziesz inną, oznaczoną **HTC 3cc**. 1 płaska łyżeczką to 1,7 g Herbatki rozpuszczalnej, czyli jedna porcja.
- Zmieszaj z 250 ml wody, by uzyskać niskokaloryczny, orzeźwiający napój z zieloną i czarną herbatą.