

dōTERRA®

www.doterra.com

서울특별시 서초구 남부순환로 2561, 지하 1층~지상 2층 | 고객센터: 1600-5105

PROTERRA SHAKE™

프로테라 셰이크



균형있는 식사와 건강한 체중조절

분리대두단백과, 농축유청단백의
2가지 소스로

균형있는 단백질 배합

01

합성감미료, 착향료, 보존료 無첨가
현미시럽분말 첨가로

더 담백하고 고소한 맛

02

UN국제농업기구에서
인정한 건강푸드

유기농 퀴노아분말 함유

03

18가지 아미노산을 함유한
혼합곡물 추출물 모드캡 블렌드로

식욕감소 효과

04

“도테라의 식사대용 **프로테라 셰이크**에는..”

단백질, 탄수화물, 지방, 식이섬유를 비롯한 각종 비타민, 미네랄이 과학적으로 균형있게 함유되어 있어 건강한 체중 조절 및 활기찬 생활에 도움을 드립니다. 1일 섭취량 42.5g 당 단백질 18g을 제공하는 **고단백 체중조절용 조제 식품**입니다.



제품번호 | 35341409

· PROTERRA SHAKE Q&A

Q1 2가지 소스의 단백질?

분리대두단백과 농축 유청 단백질의 2가지 소스로 단백질을 공급합니다. 콩류에서 단백질을 분리한 분리대두단백은 식물성 단백질로 콜레스테롤이 없으며 이소플라본 등 식물 영양소 함량이 높다는 장점이 있습니다. 우유에서 단백질을 분리해낸 농축유청단백은 뛰어난 흡수와 풍부한 아미노산을 가지고 있으며, 높은 단백질 효율을 가지고 있어 흡수 즉시 이용할 수 있는 단백질 공급원입니다. 프로테라 셰이크는 분리대두 단백질과 농축 유청 단백질이 균형있게 배합되어 양질의 단백질을 제공합니다.

Q2 모드캡 원료?

18가지 아미노산을 함유하고 있는 혼합곡물 추출물로 귀리겨, 아미란스, 메밀, 치아, 수수, 퀴노아가 혼합된 모드캡을 원료로 사용했습니다. 건강한 체중조절을 신경쓰시는 분과 아침 간편식으로 좋습니다.

· 퀴노아를 소개합니다



고대잉카시대부터 전해온 퀴노아는 현재 에콰도르, 페루, 볼리비아 등 안데스 산맥 지역 해발 13000피트에서 재배되고 있습니다. 쌀에 비해 단백질과 식이섬유와 미네랄이 다량 함유되어 있어 우수한 곡물로 불리는 건강푸드로, UN국제농업기구에서는 2013년을 퀴노아의 해로 지정하기도 했습니다. 출처: FAO(국제연합식량농업기구)

단백질 함량 비교	
백미	6.4
퀴노아	14.12
발아현미	6.7

출처: 식품의약품안전처(식품영양성분데이터베이스 기준)

· 프로테라 셰이크를 활용한 Recipe



Blue berries Oatmeal Smoothie 블루베리 오트밀 스무디

재료 프로테라 셰이크 2스쿵, 탈지유 226g, 오트밀 1컵
+ 1/2컵블루베리 적당량 (기호에 따라), 꿀 1스쿵



MetaPWR™ 메타파워 오일

재료 프로테라 셰이크 2스쿵, 라즈베리 1/4컵,
블루베리 1/4컵, 메타파워 오일 1방울

영양정보

1회 제공량 2스쿵(42.5 g) 총 15회 제공량 (637.5 g)

1회 제공량 당	함 량	%영양소기준치
열량	175kcal	
탄수화물	16g	5%
당류	0g	
단백질	18g	30%
지방	3.7g	7%
포화지방	0g	0%
트랜스지방	0g	
콜레스테롤	20mg	7%
나트륨	180mg	9%
칼슘	70mg	10%
비타민C	25mg	25%
비타민E	2,75mgα-TE	25%
아연	0.85mg	10%
철	1.2mg	10%
나이아신	3,75mgNE	25%
비타민A	180μgRE	26%
비타민B6	0,375mg	25%
비타민B2	0,375mg	27%
비타민B1	0,3mg	25%
엽산	133μg	33%
식이섬유	5g	20%