



**YOUR  
SUPER  
FOODS**

## **ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ**

YOUR  
SUPER  
FOODS

## ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

7 μοναδικοί συνδυασμοί υπερτροφών

Πρωτεΐνη Αρακά  
Πρωτεΐνη Hemp  
(σπόροι κάνναβης)  
Φύλλα Moringa  
Σπιρουλίνα  
Σκόνη αλφάλφα  
400g

Μάτσα  
(πράσινο τσάι)  
Μάκα  
Φύλλα Moringa  
Σιπαρόχορτο  
Κριθαρόχορτο  
100g

Σπόροι Chia  
Μούρα Acai  
Μούρα ΜαQUI  
Ασερόλα  
(Acerola Cherries)  
Μάκα  
Μύρτιλα  
150g

Σιπαρόχορτο  
Κριθαρόχορτο  
Φύλλα Moringa  
Φρούτο Βαοbab  
Σπιρουλίνα  
Χλωρέλλα  
100g

Κακάο  
Χαρούπι  
Νιφάδες Καρύδας  
Σπόροι Chia  
Lucuma  
150g

Μούρα Acai  
Γκουαρανά  
Μάκα  
Lucuma  
Μπανάνα  
150g

Πρωτεΐνη Αρακά  
Πρωτεΐνη Ρυζιού  
Μάκα  
Lucuma  
Μπανάνα  
400g



# Ο,ΤΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟ ΠΑΡΕΧΕΙ Η ΦΥΣΗ

## Φυσικές και Βιολογικές Υπερτροφές



### ΤΑ ΘΑΥΜΑΤΑ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

Οι υπερτροφές (superfoods) είναι φυτικές τροφές εκ φύσεως ενισχυμένες με πληθώρα θρεπτικών συστατικών, όπως βιταμίνες, μεταλλικά στοιχεία και αντιοξειδωτικά. Τα Your Superfoods δεν είναι τεχνητά συμπληρώματα διατροφής, αλλά υπερτροφές ιδανικά συνδυασμένες για να προσφέρουν στοχευμένα οφέλη στον οργανισμό.



### ΒΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑΣ

Όλα μας τα προϊόντα είναι πιστοποιημένα βιολογικά, φυσικά, κατάλληλα για vegans, ακατέργαστα (raw) και χωρίς γλουτένη, γαλακτοκομικά, σόγια, γενετικά τροποποιημένους οργανισμούς, πρόσθετα ή συντηρητικά.



### ΓΙΑ ΒΙΩΣΙΜΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Προμηθευόμαστε την υψηλότερη ποιότητα υπερτροφών από βιολογικές καλλιέργειες βιώσιμης ανάπτυξης και, όπου είναι εφικτό, από Fairtrade δίκτυο.

YOUR  
SUPER  
FOODS

# SUPER GREEN

ΓΙΑ SUPER ΔΥΝΑΤΟ ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ

5g|100g



Το μείγμα αποτελεί μια εξαιρετική πηγή χλωροφύλλης, φυτικών θρεπτικών συστατικών και είναι πλούσιο σε Βιταμίνη Α, C, B17, B9, B12, Ε, Κ, ασβέστιο, κάλιο και σίδηρο. Ενισχύει το ανοσοποιητικό, συμβάλλει στην σωστή λειτουργία του νευρικού συστήματος, ενεργοποιεί τον μεταβολισμό και υποστηρίζει την μεταφορά οξυγόνου και την δημιουργία νέων κυττάρων. Ατόφια πράσινη ενέργεια!

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Σπαράχορτο, Κριθαρόχορτο,  
Φύλλα Moringa, Φρούτο  
Βαοαβ, Σπιρουλίνα, Χλωρέλλα

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Γερμανία, Αφρική, Χαβάη,  
Ολλανδία

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Γήινες («γρασιδιού») και  
λεμονιού

## ΜΕΡΙΔΑ:

5-15g ή 1-3 κ.γλ.

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ:	Ανά 100g
Ενέργεια	207.8 kcal
Λιπαρά	1.9 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	0.5 g
Υδατάνθρακες	26.5 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	7.8 g
Εδώδιμες Ίνες	37.1 g
Πρωτεΐνες	14.4 g
Αλάτι	0.12 g
Βιταμίνη Α	6628 ug / 829%*
Βιταμίνη C	96.0 mg / 160%*
Βιταμίνη Β6	0.78 mg / 39%*
Βιταμίνη Β9	696 ug / 348%*
Βιταμίνη Β12	3.4 ug / 337%*
Σίδηρος	23.2 mg / 259%*
Κάλιο	2285 mg

\*Ημερήσια Τιμή Αναφοράς



# FOREVER BEAUTIFUL

ΓΙΑ ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚΑ, ΛΑΜΨΗ ΚΑΙ ΟΜΟΡΦΙΑ

5g | 150g



Ένας μοναδικός συνδυασμός ισχυρών αντιοξειδωτικών και φυτικών θρεπτικών συστατικών, πλούσιο σε Βιταμίνη Α, Β3, Β6, C, E, Σίδηρο, Ασβέστιο, Μαγνήσιο, Φώσφορο, Κάλιο και Ψευδάργυρο, που προάγουν την υγεία του δέρματος, των μαλλιών, των νυχιών και της όρασης, συμβάλλουν στην ομαλή ορμονική λειτουργία και προστατεύουν τα κύτταρα από το οξειδωτικό άγχος.

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Σπόροι Chia, Μούρα Acai, Μούρα Μαακί, Ασερόλα (Acerola Cherries), Μάκα, Μύρτιλα

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Βολιβία, Βραζιλία, Περού, Χιλή

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Φρέσκων μούρων

## ΜΕΡΙΔΑ:

5-15g ή 1-3 κ.γλ.

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ:	Ανά 100g
Ενέργεια	426.1 kcal
Λιπαρά	22.8 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	3.0 g
Υδατάνθρακες	29.3 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	16.1 g
Εξώδιμες Ίνες	24.3 g
Πρωτεΐνες	14.0 g
Αλάτι	0.03 g
Βιταμίνη Α	538 ug / 67%*
Βιταμίνη Ε	8.8 mg / 88%*
Σίδηρος	276.7 mg / 3075%*
Μαγνήσιο	166.7 mg / 111%*
Κάλιο	632.3 mg

\*Ημερήσια Τιμή Αναφοράς

YOUR  
SUPER  
FOODS

# ENERGY BOMB

ΓΙΑ ΑΣΥΝΑΓΩΝΙΣΤΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

5g | 150g



Η υγιεινότερη και νοστιμότερη φυσική πηγή αντιοξειδωτικών και καφεΐνης, προσφέροντας συγκέντρωση και ενέργεια για 6-8 ώρες. Είναι πλούσιο σε βιταμίνες και μεταλλικά στοιχεία, όπως Βιταμίνη Α, Ασβέστιο, Σίδηρο, Κάλιο και Ψευδάργυρο, που ενισχύουν τον μεταβολισμό, τη φυσιολογική λειτουργία του νευρικού συστήματος, προάγουν την διαύγεια, αυξάνουν την αντοχή και μειώνουν την κόπωση.

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Μούρα Acai, Γκουαρανά,  
Μάκα, Lucuma, Μπανάνα

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Βραζιλία, Περού,  
Εκουαδόρ

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Μούρων και ξηρών  
καρπών

## ΜΕΡΙΔΑ:

5-15g ή 1-3 κ.γλ.

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ:	Ανά 100g
Ενέργεια	384.6 kcal
Λιπαρά	9.9 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	2.4 g
Υδατάνθρακες	59.0 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	25.5 g
Εδώδιμες Ίνες	14.1 g
Πρωτεΐνες	7.8 g
Αλάτι	0.1 g
Βιταμίνη Α	432 ug / 54%*
Βιταμίνη C	59.2 mg / 99%*
Ασβέστιο	161 mg / 23%*
Σίδηρος	4.6 mg / 51%*
Καφεΐνη	780 mg

\*Ημερήσια Τιμή Αναφοράς

YOUR  
SUPER  
FOODS

# CHOCOLATE LOVER

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΛΑΤΡΕΙΣ ΤΗΣ ΣΟΚΟΛΑΤΑΣ

10g | 150g



Ένα feel-good mix που αποτελεί την τέλεια πηγή αντιοξειδωτικών και απαραίτητων ωμέγα-3 λιπαρών, με Βιταμίνη E, Μαγνήσιο, Ασβέστιο, Φώσφορο, Σίδηρο, Χαλκό και Ψευδάργυρο. Συνεισφέρει στην μείωση της κόπωσης, σε ένα υγιές ανοσοποιητικό σύστημα και βοηθάει στην σωστή πέψη. Πάνω από όλα, είναι μοναδικό για την δημιουργία υγιεινών «λιχουδιών»!

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Κακάο, Χαρούπι, Νιφάδες  
Καρύδας, Σπόροι Chia,  
Lucuma

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Περού, Σρι Λάνκα, Βολιβία

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Σοκολάτας

## ΜΕΡΙΔΑ:

5-15g ή 1-3 κ.γλ.

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ:	Ανά 100g
Ενέργεια	340.7 kcal
Λιπαρά	13.5 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	6.5 g
Υδατάνθρακες	29.7 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	11 g
Εδώδιμες Ίνες	20.4 g
Πρωτεΐνες	20.9 g
Αλάτι	0.05 g
Μαγνήσιο	257 mg – 172%*
Ασβέστιο	217 mg – 31%*
Σίδηρος	88.2 mg – 980%*
Χαλκός	1.9 mg – 170%*

\*Ημερήσια Τιμή Αναφοράς



# SKINNY PROTEIN

ΓΙΑ ΚΑΘΑΡΗ ΠΗΓΗ ΠΡΩΤΕΪΝΗΣ

15g | 400g



Μια άπαχη πηγή πρωτεΐνης, περιεκτικότητας 62%, πλήρης σε όλα τα απαραίτητα αμινοξέα και πλούσιο σε χλωροφύλλη, Βιταμίνη Α, Β9, Β12, C, Σίδηρο, Ασβέστιο, Κάλιο και Μαγνήσιο. Θωρακίζει τα κόκκαλα, ενισχύει τους μυς, το νευρικό σύστημα και τα πεπτικά ένζυμα, ενώ προστατεύει τα κύτταρα από το οξειδωτικό άγχος.

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Πρωτεΐνη Αρακά, Πρωτεΐνη Hemp (σπόροι κάνναβης), Φύλλα Moringa, Σπιρουλίνα, Σκόνη αλφάλφα

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Κίνα, Ευρώπη, Αφρική, Χαβάν, Γερμανία

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Ξηρών καρπών

## ΜΕΡΙΔΑ:

20-40g ή 2-4 κ.σ.

ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ:	Ανά 100g
Ενέργεια	355.9 kcal
Λιπαρά	6.2 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	0.9 g
Υδατάνθρακες	9.6 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	1.4 g
Εδώδιμες Ίνες	12.0 g
Πρωτεΐνες	61.9 g
Αλάτι	1.5 g
<b>ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΑΜΙΝΟΞΕΑ:</b>	
Ιστιδίνη	1.2 g
Ισολευκίνη	2.5 g
Λευκίνη	4.3 g
Λυσίνη	3.9 g
Μεθειονίνη	1.6 g
Φαινυλαλανίνη	2.7 g
Θρεονίνη	1.8 g
Τρυπτοφάνη	0.4 g
Βαλίνη	4.5 g
<b>ΔΕΥΤΕΡΕΥΟΝΤΑ ΑΜΙΝΟΞΕΑ:</b>	
Αλανίνη	2.3 g
Αργινίνη	4.9 g
Ασπαραγινικό οξύ	5.8 g
Κυστεΐνη	0.7 g
Γλουταμινικό οξύ	8.6 g
Γλυκίνη	2.1 g
Προλίνη	1.9 g
Σερίνη	4.0 g
Τυροσίνη	0.6 g



YOUR  
SUPER  
FOODS

# MUSCLE POWER

ΓΙΑ ΔΥΝΑΜΗ ΥΠΕΡΗΡΩΑ

15g | 400g



Πρόκειται για ένα ολοκληρωμένο φυτικό μείγμα πρωτεϊνών, περιεκτικότητας 60%, που περιέχει όλα τα απαραίτητα αμινοξέα και τις υπερτροφές που εφοδιάζουν τον οργανισμό με ενέργεια. Υποστηρίζει τη λειτουργία των μυών, την ισορροπία των ηλεκτρολυτών, τον μεταβολισμό των υδατανθράκων και την παραγωγή ερυθρών αιμοσφαιρίων.

## ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:

Πρωτεΐνη Αρακά, Πρωτεΐνη Ρυζιού, Μάκα, Lucuma, Μπανάνα

## ΠΡΟΕΛΕΥΣΗ ΣΥΣΤΑΤΙΚΩΝ:

Πακιστάν, Κίνα, Περού, Εκουαδόρ

## ΓΕΥΣΤΙΚΕΣ ΝΟΤΕΣ:

Γλυκά και κρεμώδη

## ΜΕΡΙΔΑ:

20-40g ή 2-4 κ.σ.

## ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΑΞΙΕΣ: Ανά 100g

Ενέργεια	379.3 kcal
Λιπαρά	4.19 g
Εκ των οποίων Κορεσμένα	0.92 g
Υδατάνθρακες	22.9 g
Εκ των οποίων Σάκχαρα	8.9 g
Εδώδιμες Ίνες	3.7 g
Πρωτεΐνες	60.6 g
Αλάτι	1.7 g

## ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΑΜΙΝΟΞΕΑ:

Ιστιδίνη	1.6 g
Ισολευκίνη	2.9 g
Λευκίνη	5.9 g
Λυσίνη	4.2 g
Μεθειονίνη	2.0 g
Φαινυλαλανίνη	3.8 g
Θρεονίνη	2.6 g
Τρυπτοφάνη	0.7 g
Βαλίνη	5.1 g

## ΔΕΥΤΕΡΕΥΟΝΤΑ ΑΜΙΝΟΞΕΑ:

Αλανίνη	3.8 g
Αργινίνη	5.6 g
Ασπαραγινικό οξύ	6.9 g
Κυστεΐνη	1.2 g
Γλουταμινικό οξύ	11.9 g

## ΕΥΚΟΛΑ, ΥΓΙΕΙΝΑ & ΑΠΟΛΑΥΣΤΙΚΑ ΠΩΣ ΝΑ ΑΠΟΛΑΥΣΕΤΕ ΤΑ YOUR SUPERFOODS



### SMOOTHIES & ΧΥΜΟΙ

Αναμίξτε το αγαπημένο σας μίχ με φρούτα, λαχανικά και νερό ή φυτικό γάλα σε ένα απολαυστικό ρόφημα



### ΧΥΛΟΣ ΒΡΩΜΗΣ & ΓΙΑΟΥΡΤΙ

Προσθέστε τα σε βρώμη ή φυτικό γιαούρτι και γαρνίρετε με τα αγαπημένα σας φρούτα ή ξηρούς καρπούς



### ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΑ ΣΝΑΚΣ

Προσθέστε το μίχ της επιλογής σας σε οποιαδήποτε raw ή ψημένο σνακ



### ΣΑΛΑΤΕΣ & ΝΤΙΠΣ

Πασπαλίστε τη σαλάτα σας ή προσθέστε τα σε dressings και ντιπς



### ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ

Μπορείτε να καταναλώνετε μια μερίδα από το μίχ προτίμησή σας σε κάθε γεύμα



### ΣΥΝΔΥΑΣΤΕ ΤΑ

Μπορείτε να συνδυάσετε διαφορετικά μίχ στην ίδια συνταγή, πολλοί συνδυασμοί αλληλοσυμπληρώνονται



### ΜΕΡΙΔΑ ΣΕΡΒΙΡΙΣΜΑΤΟΣ

1-3 κουταλάκια του γλυκού και 2-4 κουταλιές της σούπας για τα πρωτεϊνούχα μίχ, οπότε μπορείτε να προσθέσετε μια μερίδα ανά μίχ σε κάθε γεύμα



### ΤΥΧΟΝ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Δεν συνιστάται η κατανάλωση του Energy Bomb από παιδιά και εγκύους, καθώς αποτελεί φυσική πηγή καφεΐνης



**KALITERA**®

PURE BY NATURE

Επικοινωνήστε μαζί μας για οποιαδήποτε πληροφορία, θα χαρούμε να σας βοηθήσουμε!

**Υπεύθυνος πωλήσεων:** Γιάννης Σαμαράς | [yiannis.samaras@kaliteraproducts.gr](mailto:yiannis.samaras@kaliteraproducts.gr)

T: +30 210 8133529 | M: +30 6947 32 34 78 | E: [contact@kaliteraproducts.gr](mailto:contact@kaliteraproducts.gr)