



Cocinando y *disfrutando*

con:

PROWHEY
KALORI

La preparación de estas recetas modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI
Consulte con su médico o nutricionista, si las puede incorporar en su alimentación.



El poder del MÁS*



Medidas

pág. 3-4

Bowl arcoiris

pág. 5-6

Malteada de arándanos

pág. 7-8

Pudín de mango y mandarina

pág. 9-10

Batido de maracupiña

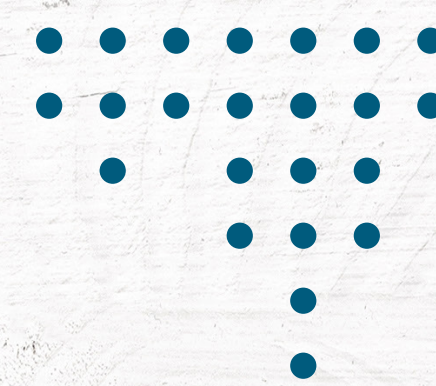
pág. 11-12

Smoothie de fresas y melón

pág. 13-14

*Este producto contiene mayor aporte calórico y proteico en comparación con los aportes de una fórmula normocalórica¹

Referencias: 1. Kapala A, et al. Substrates used for enteral and parenteral nutrition. 2014.



Guía de medidas

Medidas cucharas



Una cucharada
de 13 a 15 g apróx.



$\frac{1}{2}$ Cucharada
de 6 a 7.5 g apróx.



Una cucharadita colmada
de 3 a 5 g apróx.



$\frac{1}{2}$ Cucharadita
1.5 a 2.5 g apróx.



$\frac{1}{4}$ de cucharadita
0,5 a 1 g apróx.

*Equivalen a medidas aproximadas.

Medidas vaso o taza

$\frac{1}{2}$ Vaso o taza
100 ml apróx.



1 Vaso o taza
200 ml apróx.



Bowl arcoiris

Ingredientes

PROWHEY KALORI sabor a vainilla

7 cucharas medidoras rasas



Moras congeladas
6 Unidades o 30 g



Agua
3 Cucharadas o 45 ml



Frutas de diferentes colores
2 arándanos, 2 moras, 2 uchuvas,
2 cubos de mango y 2 cubos de fresa

Preparación

- 1 Licuar moras congeladas con agua y 7 cucharas medidoras rasas de PROWHEY KALORI hasta crear una crema.
- 2 Pasar a un bowl o copa y refrigerar por una hora.
- 3 Cortar frutas de diferentes colores en cubitos.
- 4 Retirar de la nevera y servir con todas las frutas, además de llamativo es muy delicioso.



Información Nutricional

1 porción de bowl arcoiris con
PROWHEY KALORI

Tamaño por porción 235 ml

Cantidad por porción

Calorías	434	Calorías de la grasa	114
Valor Diario*			
Grasa Total	12,7 g		19 %
Grasa Saturada	1,6 g		8 %
Colesterol	20 mg		7 %
Sodio	271,6 mg		14 %
Carbohidrato total	58,8 g		20%
Fibra dietaria	5,3 g		19 %
Azúcares	10,9 g		

Proteína 21,4 g

Vitamina A	129 %	Vitamina C	567 %
Calcio	41 %	Hierro	43 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI. Consulte con su profesional en nutrición o médico tratante, si la puede incorporar en su alimentación.

Malteada de arándanos

Ingredientes

PROWHEY KALORI sabor a vainilla

7 cucharas medidoras rasas



Hielo
4 cubos



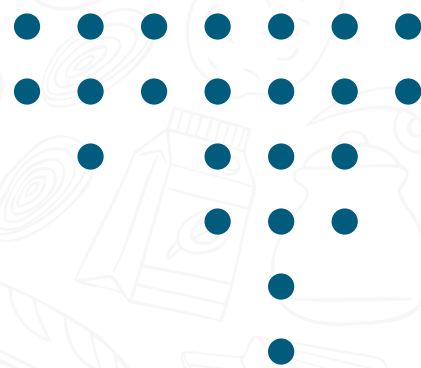
Agua
5 Cucharadas o 75 ml



Banano
1/3 Unidad o 35 g



Arándanos
10 Unidades o 25 g



Preparación

- 1 Cortar un banano en 3 partes y a una de ellas quitarle la cáscara, trocearla y congelarlo por al menos 2 horas.
- 2 Agregar en una licuadora arándanos frescos o congelados, banano, hielo, agua y licuar por un minuto.
- 3 Añadir 7 cucharas medidoras rasas de PROWHEY KALORI y licuar hasta integrar.
- 4 Servir en un vaso y disfrutar de esta bebida cremosa y rica.

Información Nutricional

1 porción de malteada de arándanos con
PROWHEY KALORI

Tamaño por porción 220 ml

Cantidad por porción

Calorías 422 Calorías de la grasa 113

Valor Diario*

Grasa Total 12,6 g 19 %

Grasa Saturada 1,6 g 8 %

Colesterol 20 mg 7 %

Sodio 271,45 mg 14 %

Carbohidrato total 57,5 g 19 %

Fibra dietaria 3,1 g 11 %

Azúcares 10,1 g

Proteína 21,2 g

Vitamina A 126 % Vitamina C 541 %

Calcio 39 % Hierro 39 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI. Consulte con su profesional en nutrición o médico tratante, si la puede incorporar en su alimentación.



Con proteína WHEY

20.5 g PROTEÍNA por porción

28 VITAMINAS Y MINERALES

Densidad calórica 1.5 kcal/mL

Contiene Omega 3



porción



Pudin de mango y mandarina

Ingredientes

PROWHEY KALORI sabor a vainilla

7 cucharas medidoras rasas 

 **Mango**
6 cubos o 55 g

 **Agua**
3 Cucharadas o 45 ml

 **Mandarina**
3 cucharadas o 45 ml

 **Almendras tajadas**
½ cucharada u 8 g

Preparación

- 1 Cortar mango en cubos y exprimir jugo de media mandarina.
- 2 Agregar el mango en una licuadora, el jugo de la mandarina, almendras tajadas y agua, y licuar por un minuto.
- 3 Añadir 7 cucharas medidoras rasas de PROWHEY KALORI y licuar hasta integrar bien la mezcla.
- 4 Pasar a un bowl y refrigerar por al menos 1 hora.
- 5 Retirar y servir con almendras tajadas.

Información Nutricional

1 porción de pudin de mango y mandarina con
PROWHEY KALORI

Tamaño por porción 243 ml

Cantidad por porción

Calorías 485 Calorías de la grasa 152

		Valor Diario*
Grasa Total	16,9 g	26 %
Grasa Saturada	1,6 g	8 %
Colesterol	20 mg	7 %
Sodio	273 mg	14 %
Carbohidrato total	61,0 g	17 %
Fibra dietaria	4,7 g	17 %
Azúcares	12,9 g	

Proteína 22,5 g

Vitamina A	136 %	Vitamina C	578 %
Calcio	42 %	Hierro	41 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.



porción



La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI. Consulte con su profesional en nutrición o médico tratante, si la puede incorporar en su alimentación.

Batido de maracupíña

Ingredientes

PROWHEY KALORI sabor a vainilla

7 cucharas medidoras rasas



Piña
1 rodaja o 45 g



Yerbabuena
5 hojitas o 3 g



Agua
4 Cucharadas o 60 ml



Maracuyá
½ maracuyá sin pepas,
licuada y colada o 30 ml



Hielo
3 cubos

Preparación

- 1 Partir una rodaja de piña y quitarle la cáscara. Luego cortarla en trozos o cubos.
- 2 Añadir en la licuadora zumo de maracuyá sin semillas, piña, yerbabuena, agua, hielo y licúa por un minuto.
- 3 Agregar 7 cucharas medidoras rasas de PROWHEY KALORI y licuar hasta integrar todo.
- 4 Servir en un vaso, decorar con una hojita de yerbabuena y disfrutar esta gran bebida.



porción



Información Nutricional

1 porción de batido de maracupíña con
PROWHEY KALORI

Tamaño por porción 229 ml			
Cantidad por porción			
Calorías 415		Calorías de la grasa 114	
Valor Diario*			
Grasa Total	12,7 g	19 %	
Grasa Saturada	1,6 g	8 %	
Colesterol	20 mg	7 %	
Sodio	274 mg	14 %	
Carbohidrato total	56,4 g	19 %	
Fibra dietaria	3,3 g	12 %	
Azúcares	11,6 g		
Proteína 21,2 g			
Vitamina A	128 %	Vitamina C	549 %
Calcio	39 %	Hierro	42 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI. Consulte con su profesional en nutrición o médico tratante, si la puede incorporar en su alimentación.

Smoothie de fresas y melón

Ingredientes

PROWHEY KALORI sabor a vainilla

7 cucharas medidoras rasas



 **Fresas**
3 Unidades o 45 g

 **Agua**
4 Cucharadas o 60 ml

 **Melón**
5 cubos o 45 g

 **Hielo**
3 cubos

Preparación

- 1 Partir un trozo de melón, quitarle la piel, y luego cortarlo en cubos.
- 2 Lavar bien las fresas, retirar sus hojas y cortarlas en 4 partes.
- 3 Agregar a la licuadora melón, fresas, agua, hielo y licuar por un minuto.
- 4 Añadir 7 cucharas medidoras rasas de PROWHEY KALORI y licuar hasta crear una bebida.
- 5 Servir en un vaso, decorar con fresas en rueditas y disfrutar este smoothie.



Información Nutricional

1 Porción De Smoothie De Fresas Y Melón con
PROWHEY KALORI

Tamaño por porción 240 ml	
Cantidad por porción	
Calorías 402	Calorías de la grasa 114
Valor Diario*	
Grasa Total 12,7 g	19 %
Grasa Saturada 1,6 g	8 %
Colesterol 20 mg	7 %
Sodio 272 mg	14 %
Carbohidrato total 52,0 g	17 %
Fibra dietaria 3,0 g	11 %
Azúcares 8,0 g	
Proteína 21,2 g	
Vitamina A 129 %	Vitamina C 566 %
Calcio 39 %	Hierro 39 %

*Los porcentajes de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

Nota: El contenido nutricional aproximado se calculó de acuerdo a las cantidades descritas en la receta.

La preparación de esta receta modifica el aporte nutricional del producto PROWHEY KALORI. Consulte con su profesional en nutrición o médico tratante, si la puede incorporar en su alimentación.

UN IMPULSO EFICAZ PARA RECUPERAR Y NUTRIR LA VIDA



Conoce nuestros
puntos de venta



¿Tienes dudas sobre tu tratamiento nutricional?

En Apoyar es Cuidar estamos para acompañarte.
Somos un programa de apoyo exclusivo para pacientes,
cuidadores y familiares de las líneas:

**Prowhey Línea Nutricional y
Proklein Línea nutricional pediátrica**

 **Comunícate al 333 033 4575**



Conoce más en
apoyaescuidar.com

Consulte a su médico o nutricionista.

Este producto es APME (Alimentos para propósitos médicos especiales)

PROWHEY KALORI: Alimento para propósitos médicos especiales, polimérico, hipercalórico, hiperproteico, en polvo, a base de maltodextrina y proteína de suero de leche con aceite vegetal de canola, vitaminas y minerales, para dar soporte nutricional oral o por sonda a adolescentes mayores de 14 años con o sin diabetes o hiperglucemia que presenten desnutrición proteico calórica moderada o severa secundaria a: VIH/SIDA (Wasting), fibrosis quística, parálisis cerebral, estado crítico, quemaduras a partir de grado II, cáncer en estadios III o IV (leucemia linfoblástica aguda, leucemia mieloide aguda, linfomas, tumor cerebral, retinoblastoma, sarcoma óseo y de tejidos blandos, tumor de Wilms); y adultos o adultos mayores con o sin diabetes o hiperglucemia con desgaste muscular o desnutrición proteico calórica moderada o severa o caquexia, secundarias a situaciones clínicas hipermetabólicas en donde se aumentan las necesidades de energía y proteína: VIH/SIDA (Wasting), falla cardíaca, fibrosis quística, estado crítico, enfermedad cerebrovascular, demencia, Alzheimer, Parkinson, esclerosis múltiple, esclerosis lateral amiotrófica, pre y postoperatorio de cirugía mayor gastrointestinal o vascular, úlceras por presión estadios II al IV, quemaduras a partir de grado II, fistulas enterocutáneas, cáncer en estadios III o IV (cabeza y cuello, mama, pulmón, páncreas, ducto biliar, hematológico, nasofaríngeo, oral, esofágico, gástrico, colorrectal); y en adultos o adultos mayores con o sin diabetes o hiperglucemia con desgaste muscular o desnutrición proteico calórica moderada o severa o caquexia con fractura de cadera, que no logran suplir sus requerimientos nutricionales o metabólicos con una alimentación normal o modificada. Registro Sanitario No. RSA-0008103-2019

AVISO LEGAL: Este documento es para uso informativo y educativo. Esta información no reemplaza la valoración del profesional de la salud ni la necesidad de decisiones clínicas adecuadas para cada caso, recuerde seguir las recomendaciones del equipo de profesionales que lo asisten. Los contenidos, el material gráfico, publicitario, fotográfico, de multimedia, audiovisual y de diseño, así como todos los signos distintivos en este documento son de propiedad de BOYDORR S.A.S., y están protegidos por derechos de autor y/o propiedad industrial; por lo que su uso, reproducción, total o parcial, o distribución, por cualquier medio requiere autorización previa y escrita por parte de dicha sociedad.



www.boydorr.com



@prowhey



@lineaprowhey



Boydorr Nutrition



Boydorr Nutrition

Boydorr
NUTRITION FOR LIFE