

# Optain!

## Lemon · Citron

### ADULT DOSAGE

Using enclosed scoop, add one level measure (19g) of **Reliv Optain** to 250mL (8 fl.oz) of water in a blender or shaker cup. Mix thoroughly and consume. Recommended adult dose is two servings (38g) daily. Replace lid tightly after each use.

**Reliv Optain** provides the following essential vitamins and minerals.

	per 19g scoop	per gram
Vitamin C (Ascorbic Acid)	60 mg	3.16 mg
Niacinamide	5.50 mg	0.29 mg
Potassium (as Citrate)	60 mg	3.16 mg
Phosphorus (as Tricalcium Phosphate)	65 mg	3.42 mg
Calcium (as Tricalcium Phosphate)	125 mg	6.58 mg
Zinc (as Sulfate)	4 mg	0.21 mg
Magnesium (as Oxide)	50 mg	2.63 mg
Chromium (as Chloride)	50 mcg	2.63 mcg
Sodium (as Chloride)	50 mg	2.63 mg

### POSOLOGIE ADULTE

Au moyen de la cuillère à mesurer incluse, ajouter une cuillerée comble (19 g) de **Reliv Optain** à 250 ml (8 oz liq) d'eau dans un mélangeur ou un verre à mélanger. Bien mélanger et boire. La posologie quotidienne recommandée pour les adultes est de deux cuillerées complètes (38 g). Bien refermer le couvercle après chaque utilisation.

**Reliv Optain** fournit les vitamines et minéraux essentiels suivants.

	par cuillère de 19 g	par gramme
Vitamine C (acide ascorbique)	60 mg	3,16 mg
Niacinamide	5,50 mg	0,29 mg
Potassium (sous forme de citrate)	60 mg	3,16 mg
Phosphore (sous forme de phosphate tricalcique)	65 mg	3,42 mg
Calcium (sous forme de phosphate tricalcique)	125 mg	6,58 mg
Zinc (sous forme de sulfate)	4mg	0,21 mg
Magnesium (sous forme d'oxyde)	50 mg	2,63 mg
Chromium (sous forme de chlorure)	50 mcg	2,63 mcg
Sodium (sous forme de chlorure)	50 mg	2,63 mg