

**Måltiderstatning til vægtkontrol.**

Pulver til fremstilling af en shake med vaniljesmag.

**Ingredienser:** Vegetabilsk proteinblanding (af soja, kikærter, ris, ærter), sukker, kostfiberblanding (fructooligosaccharides, havrekliid, risklid, citruspektin), fortykningsmidler (arabisk gummi, guar gummi, xanthangummi), emulgator (lecithiner), grape sukker, aromaer, solsikkeolie, vitaminblanding (vitamin A, vitamin D, vitamin E, vitamin C, niacin, thiamin, vitamin B<sub>6</sub>, folsyre, biotin, pantothenyre, vitamin B<sub>12</sub>), mineralblanding (kalium, jern, zink, jod, kobber, magnesium), antiklumpningsmiddel (siliciumdioxid), salt, frugtpulverblanding (granatæble, græskar, æble), korn- og spireblanding (ærtprotein, amarant, hirse, quinoa, broccolispirer, lucernespirer, radisespirer), spirulina (*Arthrospira platensis*).

**Glutenfri**

Indhold i en boks: 2x 563g Vanilla, 2x 563g Chocolate (15x 37,5g portioner pr. pose)

**Anbefalet indtagelse:** Udskift højst 2 måltider om dagen med hver 1 portion Complete.

**Brugsanvisning:** En måleske (37,5g) pulver blandes i 250ml skummetmælk (0,1% fedt) med en gaffel, et piskeris eller i en shaker. Blandingen kan også blandes med en mælkeskummer eller en håndblender. Vent 1 minut inden indtagelse. Prøv også at tilsætte 2-3 isterninger; det giver din Complete en mere cremet smag! Det er vigtigt at følge denne instruktion, når du laver din Complete Shake.

**Bemærk:** Proteinet, der udelukkende er fra vegetabiliske kilder, har en høj biologisk værdi. Complete skal altid anvendes som en del af en kaloriefattig diæt. Andre fødevarer bør indgå i diæten.

Det er vigtigt at drikke rigeligt, når du anvender dette produkt. Dette produkt er ikke en erstatning for en afbalanceret, varieret diæt og en sund livsstil.

Næringsdeklaration	Per 100g pulver	Per færdig portion <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energi	1569 kJ 375 kcal	948 kJ 227 kcal	
Fedt	6,4 g	2,6 g	
heraf mættede fedtsyrer	1,0 g	0,5 g	
heraf enkeltumættede fedtsyrer	2,3 g	0,9 g	
heraf flerumættede fedtsyrer	2,7 g	1,0 g	
Kulhydrat	46 g	29,2 g	
heraf sukkerarter	40 g	27 g	
Kostfibre	15 g	5,6 g	
Protein	25,3 g	18,2 g	
Salt	0,88 g	0,66 g	
Vitamin A (RE)	630 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,3 µg	1,6 µg	32
Vitamin E (α-TE)	13,8 mg	5,2 mg	43
Vitamin C	51,2 mg	19,2 mg	24
Thiamin	0,9 mg	0,44 mg	40
Riboflavin	0,01 mg	0,58 mg	41
Niacin (NE)	14 mg	5,5 mg	34
Vitamin B <sub>6</sub>	1,2 mg	0,56 mg	40
Folsyre	128 µg	60 µg	30
Vitamin B <sub>12</sub>	0,65 µg	1,0 µg	40
Biotin	152 µg	61 µg	122
Pantothenyre	4,6 mg	2,4 mg	40
Calcium	168 mg	370 mg	46
Phosphor	551 mg	449 mg	64
Kalium	499 mg	562 mg	28
Magnesium	176 mg	101 mg	27
Jern	14,2 mg	5,6 mg	40
Zink	9,1 mg	4,4 mg	44
Kobber	1,1 mg	0,4 mg	40
Jod	105 µg	48 µg	32
Selen	35 µg	17 µg	31
Mangan	1,2 mg	0,44 mg	22

<sup>a</sup> 37,5 g pulver i 250 ml skummetmælk (0,1% fedt)<sup>b</sup> RI = Referenceindtag

**Opbevares tørt og ikke for varmt.  
Poser sælges ikke separat.**

Produceret i Schweiz for:

The Juice PLUS<sup>®</sup> Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Tyskland  
i samarbejde med  
The Juice PLUS<sup>®</sup> Company Europe GmbH, CH-4051 Basel, Schweiz

**Ateriankorvike painonsäätelyyn.**  
Jauhe vaniljapirtelön valmistukseen.

**Ainesosat:** Kasvipööräinen proteiinisekoitus (**soija**, kikherne, riisi, herne), sokeri, kuitusekoitus (frukto-oligosakkaridit, **kaurakuitu**, riisilese, sitruspektiini), sakeuttamisaine (arabikumi, guarkumi, ksantaani), emulgointiaine (lesitiini), rypälesokeri, aromit, auringonkukkaöljy, vitamiinisekoitus (A-vitamiini, D-vitamiini, E-vitamiini, C-vitamiini, niasiini, tiamiini, B<sub>6</sub>-vitamiini, foolihappo, biotiini, pantoteenihappo, B<sub>12</sub>-vitamiini), hivenaineseoitus (kalium, rauta, sinkki, jodi, kupari, magnesium), paakkuuntumisenestoaine (piidioksidi), suola, hedelmäjauheseoitus (granaattiomena, kurpitsa, omena), jyvä- ja itusekoitus (herneproteiini, amarantti, hirssi, quinoa, parsakaalin itu, sinimailaisen itu, retisiini itu), spiruliina (*Arthrospira platensis*).

*Gluteeniton*

Yhden laatikon sisältö: 2x 563g Vanilla, 2x 563g Chocolate (15x 37,5g annosta pussissa)

**Nautintasuositus:** Korvaa enintään kaksi päivittäistä ateriaa, kumpikin yhdellä Complete -annoksella.

**Valmistus:** Sekoita 37,5g jauhetta haarukalla tai vispilällä 250ml: aan rasvatonta maitoa (0,1% rasva) tai valmista sekoittimella. Voidaan sekoittaa myös maidonvaahdottimella tai sauvasekoittimella. Anna vetäytyä n. 1 minuutti ennen nauttimista. Lisäämällä 2-3 jääpalaa saat Complete -annoksen mausta vieläkin täyteläisemmän. Noudata näitä valmistusohjeita.

**Ohjeita:** Completesta saat kaikki kokonaiseen ateriaan vaaditut ravintoaineet kuten hiilihydraatit, proteiinit ja rasvat oikeassa suhteessa. Lisäksi siitä saa kuituja, mikroarvinteita (vitamiineja ja hivenaineita) sekä muita kasvipööräisiä aineita. Kasvipööräinen proteiini on biologisesti korkea-arvoista.

Complete son tarkoitettu käytettäväksi osana vähäenergistä ruokavaliota. Muut elintarvikkeet ovat välttämätön osa tätä ruokavaliota. Käytön aikana tulee huolehtia riittävästä päivittäisestä nesteensaannista. Tämä tuote ei korvaa tasapainoista ja monipuolista ruokavaliota ja terveellistä elämäntapaa.

Ravintosisältö	Per 100g	Per valmis annos <sup>a</sup>	% NRV <sup>b</sup>
Energiaa	1569 kJ 375 kcal	948 kJ 227 kcal	
Rasvaa	6,4g	2,6g	
josta tyydyttyneitä rasvahappoja	1,0g	0,5g	
josta kertatyydyttymättömiä rasvahappoja	2,3g	0,9g	
josta monitydyttymättömiä rasvahappoja	2,7g	1,0g	
Hiliihydraatteja	46g	29,2g	
josta sokeria	40g	27g	
Kuituja	15g	5,6g	
Proteiinia	25,3g	18,2g	
Suolaa	0,88g	0,66g	
A-vitamiinia (RE)	630 µg	240 µg	30
D-vitamiinia	4,3 µg	1,6 µg	32
E-vitamiinia (α-TE)	13,8 mg	5,2 mg	43
C-vitamiinia	51,2 mg	19,2 mg	24
Tiamiinia	0,9 mg	0,44 mg	40
Riboflaviinia	0,01 mg	0,58 mg	41
Niasiinia (NE)	14 mg	5,5 mg	34
B <sub>6</sub> -vitamiinia	1,2 mg	0,56 mg	40
Foolihappoa	128 µg	60 µg	30
B <sub>12</sub> -vitamiinia	0,65 µg	1,0 µg	40
Biotiinia	152 µg	61 µg	122
Pantoteenihappoa	4,6 mg	2,4 mg	40
Kalsiumia	168 mg	370 mg	46
Fosforia	551 mg	449 mg	64
Kaliumia	499 mg	562 mg	28
Magnesiumia	176 mg	101 mg	27
Rautaa	14,2 mg	5,6 mg	40
Sinkkiä	9,1 mg	4,4 mg	44
Kuparia	1,1 mg	0,4 mg	40
Jodia	105 µg	48 µg	32
Seleeniä	35 µg	17 µg	31
Mangaania	1,2 mg	0,44 mg	22

<sup>a</sup> Valmistukseen tarvitaan 37,5g jauhetta ja 250 ml rasvatonta maitoa (0,1% rasva)  
<sup>b</sup> Prosenttia päivittäisen vitamiinien ja kivennäisainesten saantisuosituksista (aikuiset)

Säilytetään kuivassa, korkeintaan 24 °C.  
Annospusseja ei saa myydä erikseen.

Valmistettu Sveitsissä. Valmistuttaja:

The Juice PLUS<sup>®</sup> Company Europe GmbH, CH-4051 Basel, Sveitsi  
The Juice PLUS<sup>®</sup> Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Saksa

