

**GB/IE**

**BE-fr**

**PL**

**DE/AT/CH**

**FR/LU/CH**

**RO**

**IT**

**NO**

**CZ**

**ES**

**SE**

**PT**

**NL**

**DK**

**AE**

**BE-nl**

**FI**

## CHOCOLATE +

## Meal Replacement for Weight Control, Chocolate Milk Shake Powder with Sugars and Sweetener.

**Ingredients:** Soy protein isolate, sugar (from sugar beet), fructooligosaccharides, emulsifier (soy lecithin), cocoa powder (fat-reduced) (8%), thickener (gum arabic), flavourings, fructose and dextrose (from grape), thickener (guar gum), acerola cherry powder, pomegranate powder, pumpkin powder, amaranth, millet, quinoa, broccoli sprout, alfalfa sprout, radish sprout, rice bran, apple powder, spirulina, chickpea powder, rice protein, pea protein isolate, pea protein, citrus fiber, sunflower oil, vitamin A, vitamin D, vitamin E, niacin, thiamin, riboflavin, vitamin B<sub>6</sub>, folic acid, biotin, pantothenic acid, vitamin K, iron, zinc, iodine, copper, magnesium, manganese, selenium, anticaking agent (silicon dioxide), salt, sweetener (steviol glycosides from Stevia), thickener (xanthan gum).

### Gluten free

488g per pouch (15 servings)

**Directions:** Do not replace more than 2 meals per day with Complete.

**Preparation:** Stir one scoop (32.5g) of powder into 250ml of skimmed milk (0.1% fat) using a fork or whisk or prepare in a shaker. The shake can also be mixed with a milk frother or a hand-held blender. Wait 1 minute before drinking. Adding 2-3 ice cubes makes Complete taste even creamier! It is important that you follow these instructions when preparing your Complete Shake.

**Please note:** Complete provides the nutritional elements of a whole meal, delivering a balanced mix of carbohydrates, protein and fat, and also contains a useful amount of fibre and micronutrients such as vitamins and minerals. The vegetable proteins have a high biological value.

Complete should be used as part of a calorie controlled diet. Other foods should be included in this diet. It is important to drink enough water when you use Complete. This product is not a replacement for a balanced, varied diet and a healthy lifestyle.

Nutrition Information	Per 100 g powder	Per serving (prepared) <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energy	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fat	7.3 g	2.5 g	
of which saturates	1.8 g	0.7 g	
of which monounsaturates	1.1 g	0.4 g	
of which polyunsaturates	4.0 g	1.3 g	
Carbohydrate	30 g	23 g	
of which sugars	28 g	21 g	
Fibre	16 g	5.0 g	
Protein	34 g	20 g	
Salt	0.78 g	0.60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4.6 µg	1.5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4.0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Thiamin	0.93 mg	0.40 mg	36
Riboflavin	1.1 mg	0.80 mg	57
Niacin	17 mg	5.6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1.5 mg	0.60 mg	43
Folic acid	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0.25 µg	0.78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantothenic acid	5.5 mg	2.5 mg	42
Potassium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphorus	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Iron	18 mg	6.2 mg	44
Zinc	6.6 mg	3.2 mg	32
Copper	1.4 mg	0.45 mg	45
Manganese	1.9 mg	0.60 mg	30
Selenium	38 µg	17 µg	31
Iodine	111 µg	45.0 µg	30

<sup>a</sup> 32.5g of powder prepared with 250ml skimmed milk (0.1% fat)  
<sup>b</sup> RI = Reference Intake

Manufactured in Switzerland for:

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Switzerland  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Germany  
The Juice Plus+ Company Ltd. London, W6 9RU, UK

Store in a dry place at max. 24 °C.  
Pouches not to be sold separately.

For best before end date and lot number: see back of pouches.

Nährwertangaben	Pro 100 g	Pro Portion verzehrfertig <sup>a</sup>	% NRV
Brennwert	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fett	7,3 g	2,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	1,8 g	0,7 g	
davon einfach gesättigte Fettsäuren	1,1 g	0,4 g	
davon mehrfach gesättigte Fettsäuren	4,0 g	1,3 g	
Kohlenhydrate	30 g	23 g	
davon Zucker	28 g	21 g	
Ballaststoffe	16 g	5,0 g	
Eiweiss	34 g	20 g	
Salz	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Thiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Folsäure	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantothensäure	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Eisen	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Kupfer	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Zubereitung aus 32,5g Pulver mit 250 ml Magermilch (0,1 % Fett)  
<sup>b</sup> Prozent der Nährstoffbezugswerte für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen (Erwachsene)

**Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung, Pulver zur Herstellung eines süßen Schokoshakes mit Zuckern und Süßungsmittel.**

**Zutaten:** Sojaeiweißisolat, Zucker (aus Zuckerrüben), Fructooligosaccharide, Emulgator (Sojalecithin), Kakaopulver (fettarm) (8%), Verdickungsmittel (Gummi arabicum), Aromen, Fruktose und Dextrose (aus Trauben), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Acerolalackrischpulver, Granatapfelpulver, Kürbispulver, Amaranth, Hirse, Quinoa, Brokkolisprossen, Alfalfasprossen, Rettichsprossen, Reiskleie, Apfelpulver, Spirulina, Kichererbsenpulver, Reisweiß, Erbseneiweißisolat, Erbseneiweiß, Zitrusfaser, Sonnenblumenöl, Vitamin A, Vitamin D, Vitamin E, Niacin, Thiamin, Riboflavin, Vitamin B<sub>6</sub>, Folsäure, Biotin, Pantothensäure, Vitamin K, Eisen, Zink, Jod, Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen, Trennmittel (Siliciumdioxid), Salz, Süßungsmittel (Steviolglycoside aus Stevia), Verdickungsmittel (Xanthan).

*Glutenfrei*

488g pro Beutel (15 Portionen)

**Verzehrempfehlung:** Ersetzen Sie max. 2 Mahlzeiten pro Tag durch je 1 Portion Complete.

**Zubereitung:** Inhalt des Messlöffels (32,5g Pulver) in 250ml Magermilch (0,1% Fett) mit einer Gabel oder einem Schneebesen verrühren oder im Shaker zubereiten. Der Shake kann auch mit einem Milchschäumer/Mixstab gequirlt werden. Vor dem Verzehr ca. 1 Minute ziehen lassen. Bei Zugabe von 2-3 Eiswürfeln schmeckt Complete noch cremiger! Diese Anweisungen bitte unbedingt einhalten.

**Hinweise:** Complete liefert alle für eine komplette Mahlzeit notwendigen Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette in den richtigen Proportionen, dazu noch Ballaststoffe und eine Fülle von Mikronährstoffen wie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Das pflanzliche Eiweiß ist von hoher biologischer Wertigkeit.

Complete sollte im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet werden; andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Während der Einnahme sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme geachtet werden. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

*Hergestellt in der Schweiz, Vertrieb:*

**The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Schweiz**  
 The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Deutschland

Trocken lagern bis max. 24 °C.

Keine Abgabe von einzelnen Beuteln möglich.

Mindestens haltbar bis Ende / Losnummer: siehe Rückseite des Beutels

## CHOCOLATE +

Sostituto di un pasto per il controllo del peso, composizione in polvere per la preparazione di uno shake al cioccolato con zuccheri ed edulcorante.

**Ingredienti:** Proteine della **soia** isolate, zucchero (di barbabietola), fruttoligosaccaridi, emulsionante (lecitina di **soia**), cacao in polvere (magro) (8%), addensante (gomma arabica), aromi, fruttosio e destrosio (d'uva), addensante (gomma di guar), polvere di ciliegia acerola, polvere di melograno, polvere di zucca, amaranto, miglio, quinoa, germogli di broccoli, germogli di alfa alfa, germogli di ravanello, crusca di riso, polvere di mela, spirulina, polvere di ceci, proteine di riso, proteine del pisello isolate, proteine di piselli, fibra di agrumi, olio di semi di girasole, vitamina A, vitamina D, vitamina E, niacina, tiamina, riboflavina, vitamina B<sub>6</sub>, acido folico, biotina, acido pantotenico, vitamina K, ferro, zinco, iodio, rame, magnesio, manganese, selenio, antiagglomerante (diossido di silicio), sale, edulcorante (glicosidi steviolici da Stevia), addensante (xantano).

Senza glutine

488g per busta (15 porzioni)

**Istruzioni per il consumo:** Sostituire non più di 2 pasti al giorno con 1 porzione di Complete per pasto.

**Preparazione:** Mescolare velocemente con una forchetta o una frusta da cucina il contenuto di una porzione (32,5g) con 250ml di latte scremato (0,1% grasso) oppure preparare il prodotto con uno shaker o con un frullatore. Lasciare riposare per circa 1 minuto prima del consumo. L'aggiunta di 2-3 cubetti di ghiaccio rende Complete ancora più cremoso! È importante osservare le istruzioni sopra riportate per la preparazione di Complete.

**Avvertenze:** Complete fornisce tutte le sostanze nutritive di un pasto completo in giuste proporzioni come carboidrati, proteine e grassi; contiene inoltre fibre alimentari ed è ricco di micronutrienti come vitamine, sali minerali e oligoelementi. Le proteine vegetali possiedono un alto valore biologico.

Complete dovrebbe essere consumato come parte di un'alimentazione a basso contenuto calorico. Per una dieta bilanciata è necessario integrare altri alimenti.

È importante che il consumo del prodotto venga abbinato a un adeguato apporto giornaliero di liquidi. Questo prodotto non è un'alternativa a un'alimentazione varia ed equilibrata e a un sano stile di vita.

Prodotto in Svizzera e distribuito da:

The Juice Plus+ Company Srl, Via Torri Bianche 7,  
IT-20871 Vimercate, Italia

Informazioni Nutrizionali	Per 100g di polvere	A porzione pronta al consumo <sup>a</sup>	% VNR <sup>b</sup>
Valore energetico	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Grassi	7,3 g	2,5 g	
di cui acidi grassi saturi	1,8 g	0,7 g	
di cui acidi grassi monoinsaturi	1,1 g	0,4 g	
di cui acidi grassi polinsaturi	4,0 g	1,3 g	
Carboidrati	30 g	23 g	
di cui zuccheri	28 g	21 g	
Fibre	16 g	5,0 g	
Proteine	34 g	20 g	
Sale	0,78 g	0,60 g	
Vitamina A	719 µg	240 µg	30
Vitamina D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamina E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamina K	69 µg	23 µg	31
Vitamina C	74 mg	24 mg	30
Tiamina	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavina	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacina	17 mg	5,6 mg	35
Vitamina B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Acido folico	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotina	34 µg	15 µg	30
Acido Pantotenico	5,5 mg	2,5 mg	42
Potassio	646 mg	600 mg	30
Calcio	125 mg	320 mg	40
Fosforo	270 mg	340 mg	49
Magnesio	234 mg	113 mg	30
Ferro	18 mg	6,2 mg	44
Zinco	6,6 mg	3,2 mg	32
Rame	1,4 mg	0,45 mg	45
Manganese	1,9 mg	0,60 mg	30
Selenio	38 µg	17 µg	31
Iodio	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Prodotto in polvere (32,5g) con 250ml di latte scremato (0,1% grasso)  
<sup>b</sup> Percentuale dei Valori Nutrizionali di Riferimento per l'apporto quotidiano di vitamine e sali minerali (adulti)

Conservare in un luogo asciutto a una temperatura non superiore a 24 °C.  
Confezioni non vendibili singolarmente.

Da consumarsi preferibilmente entro fine/numero lotto: vedere il retro della confezione.

Información Nutricional	Por 100 g de polvo	Porción lista para consumir <sup>a</sup>	% VRN <sup>b</sup>
Valor Energético	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Grasas	7,3 g	2,5 g	
de las cuales saturadas	1,8 g	0,7 g	
de las cuales monoinsaturadas	1,1 g	0,4 g	
de las cuales poliinsaturadas	4,0 g	1,3 g	
Hidratos de carbono	30 g	23 g	
de los cuales azúcares	28 g	21 g	
Fibra alimentaria	16 g	5,0 g	
Proteínas	34 g	20 g	
Sal	0,78 g	0,60 g	
Vitamina A	719 µg	240 µg	30
Vitamina D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamina E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamina K	69 µg	23 µg	31
Vitamina C	74 mg	24 mg	30
Tiamina	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavina	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacina	17 mg	5,6 mg	35
Vitamina B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Ácido fólico	298 µg	110 µg	55
Vitamina B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotina	34 µg	15 µg	30
Ácido pantoténico	5,5 mg	2,5 mg	42
Potasio	646 mg	600 mg	30
Calcio	125 mg	320 mg	40
Fósforo	270 mg	340 mg	49
Magnesio	234 mg	113 mg	30
Hierro	18 mg	6,2 mg	44
Zinc	6,6 mg	3,2 mg	32
Cobre	1,4 mg	0,45 mg	45
Manganeso	1,9 mg	0,60 mg	30
Selenio	38 µg	17 µg	31
Yodo	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Preparación de 32,5 g de polvo con 250 ml de leche desnatada (0,1% grasa)  
<sup>b</sup> Valores de referencia de nutrientes (adulto)

Sustitutivo de comidas para el control de peso, polvo para la preparación de un batido de chocolate con azúcares y edulcorante.

**Ingredientes:** Proteína aislada de soja, azúcar (de remolacha azucarera), fructooligosacáridos, emulgente (lecitina de soja), cacao en polvo (desgrasado) (8%), espesante (goma arábiga), aromas, fructosa y dextrosa (de uva), espesante (goma guar), acerola en polvo, granada en polvo, calabaza en polvo, amaranto, mijo, quinoa, brote de brócoli, brote de alfalfa, brote de rábano, salvado de arroz, manzana en polvo, espirulina, garbanzo en polvo, proteína de arroz, proteína aislada de guisante, proteína de guisante, fibra cítrica, aceite de girasol, vitamina A, vitamina D, vitamina E, niacina, tiamina, riboflavina, vitamina B<sub>6</sub>, ácido fólico, biotina, ácido pantoténico, vitamina K, hierro, zinc, yodo, cobre, magnesio, manganeso, selenio, antiaglomerante (dióxido de silicio), sal, edulcorante (glucósidos de esteviol procedentes de estevia), espesante (goma xantana).

*Sin gluten*

488 g por sobre (15 porciones)

**Consumo recomendado:** No sustituir más de dos comidas al día con Complete.

**Preparación:** Mezclar 32,5 g de polvo en 250 ml de leche desnatada (0,1% grasa) con un tenedor, un batidor de varillas o un mezclador. También puede prepararse con un espumador de leche o una batidora de mano. Dejar reposar durante 1 minuto antes de consumir. ¡Añadiendo 2-3 cubitos de hielo conseguirá que Complete sea más cremoso! Es importante seguir estas instrucciones para preparar el batido.

**Por favor, téngase en cuenta:** Complete aporta los nutrientes de una comida completa mediante una mezcla equilibrada de hidratos de carbono, proteínas y grasas, así como fibra y varios micronutrientes (vitaminas y minerales). Las proteínas vegetales tienen un alto valor biológico.

Complete debe ser usado como parte de una dieta baja en calorías, y debe completarse con el consumo de otros alimentos. Es importante ingerir suficientes líquidos cuando se consume Complete. Este producto no sustituye una dieta equilibrada y variada ni un estilo de vida saludable.

Conservar en un lugar seco a una temperatura máx. de 24 °C.  
Queda prohibido vender los sobres por separado.

Consumir preferentemente antes del fin de y número de lote:  
ver parte posterior de los sobres.

*Fabricado en Suiza, distribuido por:*

**The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basilea, Suiza**  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Alemania

## CHOCOLATE +

Maaltijdvervangend product voor gewichtsbeheersing, poeder voor het maken van een shake met chocoladesmaak met suikers en zoetstof.

**Ingrediënten:** Soja-eiwitsolaat, suiker (van suikerbiet), fructo-oligosaccharide, emulgator (sojalecithine), cacaopoeder (magere) (8%), verdikkingsmiddel (arabische gom), aroma's, fructose en dextrose (van druiven), verdikkingsmiddel (guarpitmeel), poeder van acerola kers, poeder van granaatappel, poeder van pompoen, amaranth, gierst, quinoa, broccolikiemen, alfalfakiemen, radijs kiemen, rijstzemelen, poeder van appel, spirulina, poeder van kikkererwt, rijst eiwit, erwtenewitsolaat, erwtenewit, citrusvezel, zonnebloemolie, vitamine A, vitamine D, vitamine E, niacine, thiamine, riboflavine, vitamine B<sub>6</sub>, foliumzuur, biotine, pantotheenzuur, vitamine K, ijzer, zink, jodium, koper, magnesium, mangaan, seleen, antiklontermiddel (siliciumdioxide), zout, zoetstof (steviolglycosiden uit Stevia), verdikkingsmiddel (xanthaangom).

*Glutenvrij*

488 g per zakje (15 porties)

**Aanbevolen consumptie:** Vervang maximaal 2 maaltijden per dag met elk 1 portie Complete.

**Bereiding:** Roer één schep (32,5 g) poeder door 250 ml magere melk (0,1% vet) met een vork of garde of maak klaar in een schudbeker. De shake kan ook gemengd worden met een melkschuimer of staafmixer. Voor consumptie 1 minuut laten staan. Het toevoegen van 2-3 ijsblokjes maakt de smaak van Complete nog romiger! Het is belangrijk deze instructies te volgen bij de bereiding van uw Complete shake.

**Opmerking:** Complete voorziet in de nutritionele elementen van een volledige maaltijd, met daarin een gebalanceerde mix van koolhydraten, eiwitten en vetten, en bevat eveneens vezels en microvoedingsstoffen zoals vitaminen en mineralen. De groenteproteïnen hebben een hoge biologische waarde.

Complete dient gebruikt te worden als onderdeel van een calorie-arm dieet waarvan andere eet- of drinkwaren een noodzakelijk onderdeel vormen. Het is belangrijk voldoende te drinken wanneer u Complete gebruikt. Dit product is geen vervanging voor een afwisselende en evenwichtige dieet en een gezonde levensstijl.

Voedingswaardegegevens	Per 100 g poeder	Per bereide portie <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energie	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Vetten	7,3 g	2,5 g	
waarvan verzadigde vetzuren	1,8 g	0,7 g	
waarvan enkelvoudig onverzadigde vetzuren	1,1 g	0,4 g	
waarvan meervoudig onverzadigde vetzuren	4,0 g	1,3 g	
Koolhydraten	30 g	23 g	
waarvan suikers	28 g	21 g	
Vezels	16 g	5,0 g	
Eiwitten	34 g	20 g	
Zout	0,78 g	0,60 g	
Vitamine A	719 µg	240 µg	30
Vitamine D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamine E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamine K	69 µg	23 µg	31
Vitamine C	74 mg	24 mg	30
Thiamine	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavine	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacine	17 mg	5,6 mg	35
Vitamine B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Foliumzuur	298 µg	110 µg	55
Vitamine B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotine	34 µg	15 µg	30
Pantotheenzuur	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Ijzer	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Koper	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangaan	1,9 mg	0,60 mg	30
Seleen	38 µg	17 µg	31
Jodium	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g poeder bereid met 250 ml magere melk (0,1% vet)  
<sup>b</sup> Percentage van de dagelijkse referentie-inname van vitaminen en mineralen voor een gemiddelde volwassene.

Geproduceerd in Zwitserland voor:

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Zwitserland  
 The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Duitsland

Bewaren op een droge plaats bij max. 24 °C.  
 Geen afgifte van afzonderlijke zakjes mogelijk.

Ten minste houdbaar tot einde/nummer van het product: zie achterkant zakjes

Voedingswaardegegevens	Per 100 g poeder	Per bereide portie <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energie	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Vetten	7,3 g	2,5 g	
waarvan verzadigde vetzuren	1,8 g	0,7 g	
waarvan enkelvoudig onverzadigde vetzuren	1,1 g	0,4 g	
waarvan meervoudig onverzadigde vetzuren	4,0 g	1,3 g	
Koolhydraten	30 g	23 g	
waarvan suikers	28 g	21 g	
Vezels	16 g	5,0 g	
Eiwitten	34 g	20 g	
Zout	0,78 g	0,60 g	
Vitamine A	719 µg	240 µg	30
Vitamine D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamine E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamine K	69 µg	23 µg	31
Vitamine C	74 mg	24 mg	30
Thiamine	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavine	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacine	17 mg	5,6 mg	35
Vitamine B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Foliumzuur	298 µg	110 µg	55
Vitamine B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotine	34 µg	15 µg	30
Pantotheenzuur	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Ijzer	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Koper	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangaan	1,9 mg	0,60 mg	30
Seleen	38 µg	17 µg	31
Jodium	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g poeder bereid met 250 ml magere melk (0,1% vet)

<sup>b</sup> Percentage van de dagelijkse referentie-inname van vitaminen en mineralen voor een gemiddelde volwassene.

NUT 214/23

Bewaren op een droge plaats bij max. 24 °C.  
Geen afgifte van afzonderlijke zakjes mogelijk.

Ten minste houdbaar tot einde/nummer van het product: zie achterkant zakjes

Maaltijdvervangend product voor gewichtsbeheersing, poeder voor het maken van een shake met chocoladesmaak met suikers en zoetstof.

**Ingrediënten:** Soja-eiwitisolaat, suiker (van suikerbiet), fructo-oligosaccharide, emulgator (sojalecithine), cacao poeder (magere) (8%), verdikkingsmiddel (arabische gom), aroma's, fructose en dextrose (van druiven), verdikkingsmiddel (guarptmeel), poeder van acerola kers, poeder van granaatappel, poeder van pompoen, amaranth, gierst, quinoa, broccolikiemen, alfalfakiemen, radijs kiemen, rijstzemelen, poeder van appel, spirulina, poeder van kikkererwt, rijst eiwit, erwtenewitisolaat, erwtenewit, citrusvezel, zonnebloemolie, vitamine A, vitamine D, vitamine E, niacine, thiamine, riboflavine, vitamine B<sub>6</sub>, foliumzuur, biotine, pantotheenzuur, vitamine K, ijzer, zink, jodium, koper, magnesium, mangaan, seleen, antiklontermiddel (siliciumdioxide), zout, zoetstof (steviolglycosiden uit Stevia), verdikkingsmiddel (xanthaangom).

*Glutenvrij*

488 g per zakje (15 porties)

**Aanbevolen consumptie:** Vervang 1 of 2 maaltijden per dag door Complete.

**Bereiding:** Roer één schep (32,5 g) poeder door 250 ml magere melk (0,1% vet) met een vork of garde of maak klaar in een schudbeker. De shake kan ook gemengd worden met een melkschuimer of staafmixer. Voor consumptie 1 minuut laten staan. Het toevoegen van 2-3 ijsblokjes maakt de smaak van Complete nog romiger! Het is belangrijk deze instructies te volgen bij de bereiding van uw Complete shake.

**Opmerking:** Complete voorziet in de nutritionele elementen van een volledige maaltijd, met daarin een gebalanceerde mix van koolhydraten, eiwitten en vetten, en bevat eveneens vezels en microvoedingsstoffen zoals vitaminen en mineralen. De groenteproteïnen hebben een hoge biologische waarde.

Complete dient gebruikt te worden als onderdeel van een calorie-arm dieet waarvan andere eet- of drinkwaren een noodzakelijk onderdeel vormen. Het is belangrijk voldoende te drinken wanneer u Complete gebruikt. Dit product is geen vervanging voor een afwisselende en evenwichtige dieet en een gezonde levensstijl.

Twee maaltijden van Complete Shake verschaffen meer dan 25 µg vitamine K en kalium 1g en zijn daarom niet geschikt voor personen die coumarine-anticoagulantia innemen of voor oudere personen of personen met nierafwijkingen, diabetes met insulineresistentie, of behandeld worden voor arteriële hypertensie.

*Geproduceerd in Zwitserland voor:*

**The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Zwitserland**  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Duitsland

## CHOCOLATE +

Substitut de repas pour contrôle du poids, poudre pour préparation de boisson lactée au chocolat avec sucres et édulcorant.

**Ingrédients :** Isolat de protéine de soja, sucre (de betterave sucrière), fructo-oligosaccharide, émulsifiant (lécithine de soja), cacao en poudre (maigre) (8%), épaississant (gomme arabique), arômes, fructose et dextrose (du raisin), épaississant (gomme de guar), poudre d'acérola, poudre de grenade, poudre de citrouille, amarante, millet, quinoa, pousse de brocoli, pousse de luzerne, pousse de radis, son de riz, poudre de pomme, spiruline, poudre de pois chiche, protéine de riz, isolat de protéine de pois, protéine de pois, fibre citrique, huile de tournesol, vitamine A, vitamine D, vitamine E, niacine, thiamine, riboflavine, vitamine B<sub>6</sub>, acide folique, biotine, acide pantothénique, vitamine K, fer, zinc, iode, cuivre, magnésium, manganèse, sélénium, anti-agglomérant (dioxyde de silicium), sel, édulcorant (glycosides de stéviol issus de Stevia), épaississant (gomme xanthane).

*Sans gluten.*

488 g par sachet (15 portions)

**Conseil d'utilisation :** Remplacer 1 ou 2 repas par jour avec Complete.

**Préparation :** Délayer une cuillère de poudre (32,5g) dans 250 ml de lait écrémé (0,1% de matière grasse) en utilisant une fourchette ou un fouet ou préparer dans un shaker. Il est également possible d'utiliser un émulsionneur de lait ou un mixeur plongeant. Laisser reposer environ 1 minute avant de consommer. Ajouter 2 ou 3 glaçons afin de rendre Complete plus crémeux. Il est important de suivre ces instructions pour préparer ce substitut de repas.

**Remarques :** Complete fournit tous les nutriments nécessaires à un repas complet comme les glucides, protéines et lipides dans les bonnes proportions, ainsi que des fibres alimentaires et de nombreux micronutriments tels que des vitamines, des minéraux et des oligo-éléments. Les protéines végétales présentent une valeur biologique élevée.

Complete devrait être utilisé dans le cadre d'un régime hypocalorique et doit être complété par d'autres aliments. Il faut veiller à boire suffisamment d'eau lors de la consommation de ce substitut de repas. Ce produit ne remplace pas une alimentation variée et équilibrée, ni un mode de vie sain.

Deux repas Complete Shake apportent plus de 25µg de vitamine K et 1g de potassium et ne convient donc pas aux personnes traitées aux anticoagulants coumariniques ainsi qu'aux personnes âgées ou atteintes d'affections rénales, de diabète avec insulino-résistance, ou traitées pour une hypertension artérielle.

*Fabriquée en Suisse et distribuée par :*

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Bâle, Suisse  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Allemagne

Informations nutritionnelles	Pour 100 g de poudre	Par portion prête à consommer <sup>a</sup>	%AR <sup>b</sup>
Énergie	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Matières grasses	7,3 g	2,5 g	
dont acides gras saturés	1,8 g	0,7 g	
dont acides gras mono-insaturés	1,1 g	0,4 g	
dont acides gras polyinsaturés	4,0 g	1,3 g	
Glucides	30 g	23 g	
dont sucres	28 g	21 g	
Fibres alimentaires	16 g	5,0 g	
Protéines	34 g	20 g	
Sel	0,78 g	0,60 g	
Vitamine A	719 µg	240 µg	30
Vitamine D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamine E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamine K	69 µg	23 µg	31
Vitamine C	74 mg	24 mg	30
Thiamine	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavine	1,1 mg	0,80 mg	37
Niacine	17 mg	5,6 mg	55
Vitamine B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Acide folique	298 µg	110 µg	55
Vitamine B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotine	34 µg	15 µg	30
Acide pantothénique	5,5 mg	2,5 mg	42
Potassium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphore	270 mg	340 mg	49
Magnésium	234 mg	113 mg	30
Fer	18 mg	6,2 mg	44
Zinc	6,6 mg	3,2 mg	32
Cuivre	1,4 mg	0,45 mg	45
Manganèse	1,9 mg	0,60 mg	30
Sélénium	38 µg	17 µg	31
Iode	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g de poudre préparée avec 250 ml de lait écrémé (0,1% de matière grasse)

<sup>b</sup> Apports de Référence (adultes)

NUT 214/23

À conserver au sec à 24 °C max.

Les sachets ne peuvent pas être vendus séparément.

À consommer de préférence avant fin/numéro de lot: voir au dos des sachets



Informations nutritionnelles	Pour 100 g de poudre	Par portion prête à consommer <sup>a</sup>	%AR <sup>b</sup>
Énergie	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Matières grasses	7,3 g	2,5 g	
dont acides gras saturés	1,8 g	0,7 g	
dont acides gras mono-insaturés	1,1 g	0,4 g	
dont acides gras polyinsaturés	4,0 g	1,3 g	
Glucides	30 g	23 g	
dont sucres	28 g	21 g	
Fibres alimentaires	16 g	5,0 g	
Protéines	34 g	20 g	
Sel	0,78 g	0,60 g	
Vitamine A	719 µg	240 µg	30
Vitamine D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamine E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamine K	69 µg	23 µg	31
Vitamine C	74 mg	24 mg	30
Thiamine	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavine	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacine	17 mg	5,6 mg	35
Vitamine B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Acide folique	298 µg	110 µg	55
Vitamine B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotine	34 µg	15 µg	30
Acide panthothénique	5,5 mg	2,5 mg	42
Potassium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphore	270 mg	340 mg	49
Magnésium	234 mg	113 mg	30
Fer	18 mg	6,2 mg	44
Zinc	6,6 mg	3,2 mg	32
Cuivre	1,4 mg	0,45 mg	45
Manganèse	1,9 mg	0,60 mg	30
Sélénium	38 µg	17 µg	31
Iode	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g de poudre préparée avec 250 ml de lait écrémé (0,1 % de matière grasse)

<sup>b</sup> Apports de Référence (adultes)

Substitut de repas pour contrôle du poids, poudre pour préparation de boisson lactée au chocolat avec sucres et édulcorant.

**Ingrédients :** Isolat de protéine de soja, sucre (de betterave sucrière), fructo-oligosaccharide, émulsifiant (lécithine de soja), cacao en poudre (maigre) (8%), épaississant (gomme arabique), arômes, fructose et dextrose (du raisin), épaississant (gomme de guar), poudre d'acérola, poudre de grenade, poudre de citrouille, amarante, millet, quinoa, pousse de brocoli, pousse de luzerne, pousse de radis, son de riz, poudre de pomme, spiruline, poudre de pois chiche, protéine de riz, isolat de protéine de pois, protéine de pois, fibre citrique, huile de tournesol, vitamine A, vitamine D, vitamine E, niacine, thiamine, riboflavine, vitamine B<sub>6</sub>, acide folique, biotine, acide panthothénique, vitamine K, fer, zinc, iode, cuivre, magnésium, manganèse, sélénium, anti-agglomérant (dioxyde de silicium), sel, édulcorant (glycosides de stéviol issus de Stevia), épaississant (gomme xanthane).

*Sans gluten.*

488 g par sachet (15 portions)

**Conseil d'utilisation :** Ne pas remplacer plus de deux repas par jour avec Complete.

**Préparation :** Délayer une cuillère de poudre (32,5 g) dans 250 ml de lait écrémé (0,1 % de matière grasse) en utilisant une fourchette ou un fouet ou préparer dans un shaker. Il est également possible d'utiliser un émulsionneur de lait ou un mixeur plongeant. Laisser reposer environ 1 minute avant de consommer. Ajouter 2 ou 3 glaçons afin de rendre Complete plus crémeux. Il est important de suivre ces instructions pour préparer ce substitut de repas.

**Remarques :** Complete fournit tous les nutriments nécessaires à un repas complet comme les glucides, protéines et lipides dans les bonnes proportions, ainsi que des fibres alimentaires et de nombreux micronutriments tels que des vitamines, des minéraux et des oligo-éléments. Les protéines végétales présentent une valeur biologique élevée.

Complete devrait être utilisé dans le cadre d'un régime hypocalorique et doit être complété par d'autres aliments. Il faut veiller à boire suffisamment d'eau lors de la consommation de ce substitut de repas. Ce produit ne remplace pas une alimentation variée et équilibrée, ni un mode de vie sain.

Fabriquée en Suisse et distribuée par :

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Bâle, Suisse  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Allemagne

À conserver au sec à 24 °C max.  
Les sachets ne peuvent pas être vendus séparément.

À consommer de préférence avant fin/numéro de lot: voir au dos des sachets

## CHOCOLATE +

Maltidserstatning for vektkontroll, pulver til shake med sjokoladesmak, inneholder sukker og søtstoff.

**Ingredienser:** Soyaproteinisolat, sukker (av sukkerbete), fruktoooligosakkarider, emulgator (soya lecitin), kakaopulver (fettreduert) (8%), fortykningsmiddel (gummi arabicum), aroma, fruktose og dektrose (fra druer), fortykningsmiddel (guar/kjerneremel), acerolakirsebærpulver, granateplepulver, gresskarpulver, amaranth, hirse, quinoa, brokkolispirer, lusernspirer, reddikspirer, riskli, eplepulver, spirulina, kikerterpulver, risprotein, erteproteinisolat, erteprotein, sitrusfiber, solsikkeolje, vitamin A, vitamin D, vitamin E, niacin, tiamin, riboflavin, vitamin B<sub>6</sub>, folsyre, biotin, pantotensyre, vitamin K, jern, sink, jod, kobber, magnesium, mangan, selen, antiklumpemiddel (silisiumdioksid), salt, søtstoff (steviolglykosider fra Stevia), fortykningsmiddel (xantangummi).

### Glutenfri

488g per poser (15 porsjoner)

**Anbefalt inntak:** Bytt ut maksimalt 2 måltider om dagen med 1 porsjon Complete for hvert måltid.

**Instruksjoner:** En måleskje (32,5g) pulver blandes i 250ml skummet melk (0,1% fett) med en gaffel, visp eller i en shaker. Blandingen kan også blandes med en melkeskummer eller en håndmikser. Vent 1 minutt før inntak. Prøv også å tilsette 2-3 isterninger; det gir Complete en mer kremet smak! Det er viktig å følge denne anvisningen når du lager din Complete Shake.

**Merk:** Det plantebaserte proteinet har en høy biologisk verdi. Complete bør brukes som en del av en kalorikontrollert diett. Andre matvarer bør inkluderes i denne dietten. Det er viktig å drikke tilstrekkelig med væske når du bruker Complete. Dette produktet er ikke en erstatning for et balansert og variert kosthold og en sunn livsstil.

Produsert i Sveits for:

The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Tyskland  
i samarbeid med  
The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Sveits

Næringsdeklarasjon	Per 100 g pulver	Per ferdig porsjon <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energi	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fett	7,3 g	2,5 g	
hvorav mettede fettsyrer	1,8 g	0,7 g	
hvorav en-umettede fettsyrer	1,1 g	0,4 g	
hvorav flerumettede fettsyrer	4,0 g	1,3 g	
Karbohydrater	30 g	23 g	
hvorav sukkerarter	28 g	21 g	
Kostfiber	16 g	5,0 g	
Protein	34 g	20 g	
Salt	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Tiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Folsyre	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantotensyre	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Kalsium	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Jern	18 mg	6,2 mg	44
Sink	6,6 mg	3,2 mg	32
Kobber	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5g pulver i 250ml skummet melk (0,1% fett)  
<sup>b</sup> RI = Referanseinntak

Oppbevares tørt og kjølig.  
Poser skal ikke selges separat.

Best før utgangen av/partnummer: Se baksiden av poser

Näringsvärde	Per 100 g	Per en färdig portion <sup>a</sup>	% RDI <sup>b</sup>
Kalorier	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fett	7,3 g	2,5 g	
varav mättade fettsyror	1,8 g	0,7 g	
varav enkelomättade fettsyror	1,1 g	0,4 g	
varav fleromättade fettsyror	4,0 g	1,3 g	
Kolhydrater	30 g	23 g	
varav socker	28 g	21 g	
Fibrer	16 g	5,0 g	
Protein	34 g	20 g	
Salt	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Tiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Folsyra	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantotensyra	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Kalcium	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Järn	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Koppar	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Portion med 32,5 g pulver och 250 ml minimjölk (0,1% fett)

<sup>b</sup> Procentandel för rekommenderat dagligt intag av vitaminer och mineraler (vuxna)

Måltidsersättning för viktkontroll, pulver för chokladshake, innehåller socker och sötningsmedel.

**Ingredienser:** Sojaproteinisolat, socker (av sockerbeta), frukto-oligosackarider, emulgeringsmedel (sojalecitin), kakaopulver (låg fetthalt) (8%), förtjockningsmedel (gummi arabicum), aromer, fruktos och dextros (från vindruvor), förtjockningsmedel (quarkärnmjöl), acerolakörbärspulver, granatäpplepulver, pumpapulver, amarant, hirs, quinoa, broccoligröddar, alfalfagröddar, rättiksgroddar, risliki, äpplepulver, spirulina, kikärterpulver, risprotein ärtproteinisolat, ärtprotein, citrusfiber, solrosolja, vitamin A, vitamin D, vitamin E, niacin, tiamin, riboflavin, vitamin B<sub>6</sub>, folsyra, biotin, pantotensyra, vitamin K, järn, zink, jod, koppar, magnesium, mangan, selen, klumpförebyggande medel (kiseldioxid), salt, sötningsmedel (steviolglykosider från Stevia), förtjockningsmedel (xantan).

*Glutenfri*

488 g per påse (15 portioner)

**Rekommenderat intag:** Ersätt max 2 måltider per dag med 1 portion Complete per måltid.

**Tillredning:** Använd en gaffel eller visp och rör ner 32,5 g pulver i 250 ml minimjölk (0,1% fett). Shaken kan även tillredas med en mjölkskummare eller stavmixer. Låt stå i min 10 min innan du dricker den. Tillägg 2-3 iskuber så får du Complete att smaka även fylligare! Följ anvisningarna för tillredning av måltidsersättningen.

**Information:** Complete innehåller alla näringsämnen som behövs för en komplett måltid, som kolhydrater, proteiner och fett i rätt proportioner. Den innehåller därutöver fibrer och en mängd mikronäringsämnen (vitaminer och mineralämnen). Det växtbaserade proteinet har ett högt biologiskt värde.

Complete bör användas som en del av en kalorikontrollerad diet. Andra livsmedel måste ingå i denna diet. Se till att dagligen dricka ordentligt med vätska vid dieter med måltidsersättning. Denna produkt ska inte ersätta en balanserad och mångsidig kost och en sund livsstil.

*Producerat i Schweiz för:*

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Schweiz  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Tyskland

Förvaras torrt vid max 24 °C.  
Portionspåsarna får inte säljas styckvis.

Bäst före utgången av/batchnummer: se påsarna baksida

## CHOCOLATE +

Måltidsersætning til vægtkontrol, pulver til fremstilling af en shake med chokoladesmag, indeholder sukker og sødestof.

**Ingredienser:** Isoleret sojaprotein, sukker (af sukkerroe), fructooligosaccharides, emulgator (sojalecithiner), kakaopulver (fedtfattig) (8%), fortykningsmiddel (arabisk gummi), aromaer, fruktose og dekstrose (fra druer), fortykningsmiddel (guargummi), acerolakirsebærpulver, granatæblepulver, græskarpulver, amarant, hirse, quinoa, broccolispirer, lucernespirer, radisespirer, risklid, æblepulver, spirulina, kikærtepulver, risprotein, isoleret ærteprotein, ærteprotein, citronfibre, solsikkeolie, vitamin A, vitamin D, vitamin E, niacin, thiamin, riboflavin, vitamin B<sub>6</sub>, folsyre, biotin, pantothensyre, vitamin K, jern, zink, jod, kobber, magnesium, mangan, selen, antiklumpningsmiddel (siliciumdioxid), salt, sødestof (steviolglycosider fra Stevia), fortykningsmiddel (xanthangummi).

**Glutenfri**

488g per poser (15 portioner)

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

**Brugsanvisning:** En måleske (32,5g) pulver blandes i 250 ml 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:** Det plantebaserede protein 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 ersætning for en afbalanceret, varieret diæt og en sund livsstil.

Udskiftning af et af de daglige måltider i en energireduceret kost med en måltidsersætning bidrager til vedligehold af vægten efter vægttab.

Næringsdeklaration	Per 100 g pulver	Per færdig portion <sup>a</sup>	% RI <sup>b</sup>
Energi	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fedt	7,3 g heraf mættede fedtsyrer	2,5 g 0,7 g	
	1,8 g heraf enkeltumættede fedtsyrer	0,4 g	
	1,1 g heraf flerumættede fedtsyrer	1,3 g	
Kulhydrat	30 g	23 g	
	heraf sukkerarter	21 g	
Kostfibre	16 g	5,0 g	
Protein	34 g	20 g	
Salt	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Thiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Folsyre	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantothensyre	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Jern	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Kobber	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g pulver i 250 ml skummetmælk (0,1% fedt)

<sup>b</sup> RI = Referenceindtag

Produceret i Schweiz for:

The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Tyskland  
i samarbejde med  
The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Schweiz

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

Bedst før udgangen af/partinummer: Se bagsiden af poser

Ravintosisältö	Per 100 g	Per valmis annos <sup>a</sup>	% NRV <sup>b</sup>
Energiaa	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Rasvaa josta tyydyttyneitä rasvahappoja josta kertatyydyttymättömiä rasvahappoja josta monitydyttymättömiä rasvahappoja	7,3 g 1,8 g 1,1 g 4,0 g	2,5 g 0,7 g 0,4 g 1,3 g	
Hiihihydraatteja josta sokeria	30 g 28 g	23 g 21 g	
Kuituja	16 g	5,0 g	
Proteiinia	34 g	20 g	
Suolaa	0,78 g	0,60 g	
A-vitamiinia	719 µg	240 µg	30
D-vitamiinia	4,6 µg	1,5 µg	30
E-vitamiinia	12 mg	4,0 mg	33
K-vitamiinia	69 µg	23 µg	31
C-vitamiinia	74 mg	24 mg	30
Tiamiinia	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflaviinia	1,1 mg	0,80 mg	57
Niasiinia	17 mg	5,6 mg	35
B <sub>6</sub> -vitamiinia	1,5 mg	0,60 mg	43
Foolihappo	298 µg	110 µg	55
B <sub>12</sub> -vitamiinia	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotiinia	34 µg	15 µg	30
Pantoteenihappo	5,5 mg	2,5 mg	42
Kaliumia	646 mg	600 mg	30
Kalsiumia	125 mg	320 mg	40
Fosforia	270 mg	340 mg	49
Magnesiumia	234 mg	113 mg	30
Rautaa	18 mg	6,2 mg	44
Sinkkiä	6,6 mg	3,2 mg	32
Kuparia	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangaania	1,9 mg	0,60 mg	30
Seleenää	38 µg	17 µg	31
Jodia	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Valmistukseen tarvitaan 32,5 g jauhetta ja 250 ml rasvatonta maitoa (0,1% rasva)

<sup>b</sup> Prosenttia päivittäisen vitamiinien ja kivennäisaineiden saantisuosituksista (aikuiset)

Ateriankorvikke painonhallintaan, jauhe suklaapirtelön valmistukseen, sisältää sokereita ja makeutusainetta.

**Ainesosat:** Soijaproteiini-isolaatti, sokeri (sokerijuurikas), frukto-oligosakkaridit, emulgointiaine (soijalesitiini), kaakaojauhe (vähärasvainen) (8%), sakeuttamisaine (arabikumi), aromit, fruktoosi ja dekstroosi (viinirypäleistä), sakeuttamisaine (guarkumi), acerola-kirsikkajauhe, granaattiomenameijauhe, kurpitsajauhe, amarantti, hirssi, quinoa, parsakaalin itu, sinimailanen itu, retiiin itu, riisilese, omenajauhe, spiruliina, kikkernejauhe, riisiproteiini, herne-proteiini-isolaatti, herneproteiini, sitruskuitu, auringonkukkaöljy, A-vitamiini, D-vitamiini, E-vitamiini, niasiini, tiamiini, riboflaviini, B<sub>6</sub>-vitamiini, foolihappo, biotiini, pantoteenihappo, K-vitamiini, rauta, sinkki, jodi, kupari, magnesium, mangaani, seleeni, paakkuuntumisestoaine (piidioksidi), suola, makeutusaine (steviaasta saatavat stevioliglykosidit), sakeuttamisaine (ksantaani).

#### Gluteeniton

488 g per pussia (15 annosta)

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

**Valmistus:** Sekoita 32,5 g jauhetta haarukalla tai vispilällä 250 ml:aan rasvatonta maitoa (0,1% rasva) tai valmis sekoittimella. Voidaan sekoittaa myös maidonvaahdottimella tai sauvasekoittimella. Anna vetäytyä n. 1 mi-nuutti ennen nauttimista. Lisäämällä 2-3 jääpalaa saat Complete -annoksen mausta vieläkin täyteläisemmän! Noudata näitä valmistusohjeita.

**Ohjeita:** Completesta saat kaikki kokonaiseen ateriaan vaaditut ravintoaineet kuten hiihihydraatit, proteiinit ja rasvat oikeassa suhteessa. Lisäksi siitä saa kuituja sekä mikroravintela (vitamiineja ja hivenaineita). Kasvipohjainen proteiini on biologisesti korkea-arvoista.

Complete on 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.

Valmistettu Sveitsissä. Valmistuttaja:

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Sveitsi  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Saksa

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

Parasta ennen ja eränumero: katso pakkauksen takapuoli

## CHOCOLATE +

Zastąpienie posiłku w celu kontroli masy ciała, proszek do sporządzenia mlecznego shake'a czekoladowego, zawiera cukry i substancję słodzącą.

**Składniki:** Izolat białka sojowego, cukier (z buraka cukrowego), fruktooligosacharydy, emulgator (lecytyna sojowa), kakao w proszku (nistkotłuszczowe) (8%), substancja zagęszczająca (guma arabska), aromaty, fruktoza i dekstroza (z winogron), substancja zagęszczająca (guma guar), proszek wiśniowy Acerola, proszek z granatu, proszek z dyni, amarantus, proso, quinoa, kiełki brokułów, kiełki lucerny, kiełki rzodkiewki, otręby ryżowe, proszek jabłkowy, spirulina, proszek z ciecierzycy, białko ryżowe, izolat białka grochu, białko grochu, włókno cytrusowe, olej słonecznikowy, witamina A, witamina D, witamina E, niacyna, tiamina, ryboflawina, witamina B<sub>6</sub>, kwas foliowy, biotylna, kwas pantotenowy, witamina K, żelazo, cynk, jod, miedź, magnez, mangan, selen, środek przeciwzbrylający (dwutlenek krzemowy), sól, środek słodzący (glikozydy stewiolowe ze stewii), substancja zagęszczająca (guma ksantanowa).

**Bezglutenowe**

488 g w torebce (każda torebka zawiera 15 porcji)

**Zalecane spożycie:** Zastąp maksymalnie dwa posiłki dziennie jedną porcją Complete.

**Przygotowanie:** Równowartość jednej porcji (32,5g) proszku Complete należy za pomocą widelca, trzepaczki lub shakera roz mieszać w 250ml odtłuszczonego mleka (0,1% tłuszczu). Shake może być przygotowany również przy użyciu spieniacza do mleka lub blendera ręcznego. Przed spożyciem odczekać 1 minutę. Po dodaniu 2-3 kostek lodu Complete uzyskuje jeszcze bardziej kremowy smak! Należy przestrzegać tych wskazówek dotyczących przygotowania.

**Wskazówki:** Complete dostarcza wszystkich niezbędnych składników, jakie powinien zawierać pełnowartościowy posiłek, zapewniając zrównoważoną mieszankę węglowodanów, białka i tłuszczu. Complete zawiera białko i mikroelementy (takich jak witaminy i minerały). Complete zawiera roślinne białko o wysokiej biologicznej wartości.

Complete powinien stanowić część diety opartej na kontroli kalorii. Niezbędna częścią takiej diety są inne środki spożywcze. Podczas spożycia Complete powinno się zwracać uwagę na przyjmowanie odpowiedniej ilości płynów. Ten produkt nie zastępuje zrównoważonej i różnorodnej diety i zdrowego trybu życia.

Wyprodukowano w Szwajcarii dla

The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil am Rhein, Niemcy  
W razie pytań kontaktuj się także z  
The Juice Plus+ Company Europe, CH-4052 Basel, Szwajcaria

Wartość odżywcza	w 100 g	w jednej porcji gotowej do spożycia <sup>a</sup>	% RWS <sup>b</sup>
Wartość energetyczna	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Tłuszcz	7,3 g	2,5 g	
w tym nasycone kwasy tłuszczowe	1,8 g	0,7 g	
w tym jednonienasycone kwasy tłuszczowe	1,1 g	0,4 g	
w tym wielonienasycone kwasy tłuszczowe	4,0 g	1,3 g	
Węglowodany	30 g	23 g	
w tym cukry	28 g	21 g	
Błonnik pokarmowy	16 g	5,0 g	
Białko	34 g	20 g	
Sól	0,78 g	0,60 g	
Witamina A	719 µg	240 µg	30
Witamina D	4,6 µg	1,5 µg	30
Witamina E	12 mg	4,0 mg	33
Witamina K	69 µg	23 µg	31
Witamina C	74 mg	24 mg	30
Thiamina	0,93 mg	0,40 mg	36
Ryboflawina	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacyna	17 mg	5,6 mg	35
Witamina B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Kwas foliowy	298 µg	110 µg	55
Witamina B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotyna	34 µg	15 µg	30
Kwas pantotenowy	5,5 mg	2,5 mg	42
Potas	646 mg	600 mg	30
Wapń	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magnez	234 mg	113 mg	30
Żelazo	18 mg	6,2 mg	44
Cynk	6,6 mg	3,2 mg	32
Miedź	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> Porcja przygotowana z 32,5g proszku i 250ml odtłuszczonego mleka (0,1% tłuszczu)

<sup>b</sup> Referencyjne Wartości Spożycia (dla osób dorosłych)

Przechowywać w suchym miejscu w temperaturze do 24 °C.  
Pojedyncze saszetki nie mogą być sprzedawane oddzielnie.

Najlepiej spożyć przed końcem/numer partii: Zobacz z tyłu torebki

Informații nutriționale	Pentru 100g pulbere	Pentru o servire (preparată) <sup>a</sup>	%VNR <sup>b</sup>
Energie	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Grăsimi	7,3 g	2,5 g	
din care acizi grași saturați	1,8 g	0,7 g	
din care acizi grași mononesaturați	1,1 g	0,4 g	
din care acizi grași polinesaturați	4,0 g	1,3 g	
Glucide	30 g	23 g	
din care zaharuri	28 g	21 g	
Fibre	16 g	5,0 g	
Proteine	34 g	20 g	
Sare	0,78 g	0,60 g	
Vitamina A	719 µg	240 µg	30
Vitamina D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamina E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamina K	69 µg	23 µg	31
Vitamina C	74 mg	24 mg	30
Tiamină	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavină	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacină	17 mg	5,6 mg	35
Vitamina B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Acid folic	298 µg	110 µg	55
Vitamina B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotină	34 µg	15 µg	30
Acid pantotenic	5,5 mg	2,5 mg	42
Potasiu	646 mg	600 mg	30
Calciu	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Magneziu	234 mg	113 mg	30
Fier	18 mg	6,2 mg	44
Zinc	6,6 mg	3,2 mg	32
Cupru	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Seleniu	38 µg	17 µg	31
Iod	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5 g de pulbere preparată cu 250 ml de lapte degresat (0,1% grăsime)  
<sup>b</sup> VNR = Valoare Nutrițională de Referință

Înlocuitor al unei mese pentru controlul greutății. Pulbere pentru prepararea unui shake de ciocolată, cu conținut de zaharuri și îndulcitor.

**Ingrediente:** Proteină izolată din soia, zahăr (din sfeclă de zahăr), fructo-oligozaharide, emulsifiant (lecitină de soia), pudră de cacao (degresată) (8%), arome, fructoză și dextroză (din struguri), agent de îngroșare (gumă de guar), pulbere de cereșe acerola, pulbere de roșie, pulbere de dovleac, amarant, mei, quinoa, vâstar de broccoli, vâstar de lucernă, vâstar de ridiche, tărâțe de orez, pulbere de măr, spirulina, pulbere de năut, proteină din orez, proteină izolată din mazăre, proteină din mazăre, fibre din citrice, ulei de floarea-soarelui, vitamina A, vitamina D, vitamina E, niacină, tiamină, riboflavină, vitamina B<sub>6</sub>, acid folic, biotină, acid pantotenic, vitamina K, fier, zinc, iod, cupru, magneziu, mangan, seleniu, agent antiaglomerant (dioxid de siliciu), sare, îndulcitor (glicozide steviolice din Stevia), agent de îngroșare (gumă de xantan).

*Fără gluten*

488 g per pungă (15 servire)

**Consum recomandat:** A se înlocui maxim 2 (două) mese pe zi cu câte un pliculeț de Shake Complete.

**Preparare:** Amestecați un lingură de măsurat (32,5 g) de pulbere cu 250 ml de lapte degresat (0,1% grăsime) utilizând o furculiță sau un tel sau preparați în shaker. De asemenea, shake-ul poate fi amestecat și cu un aparat de spumare a laptelui sau cu un mixer de mână. Așteptați 1 minut înainte de a bea. Adăugarea a 2–3 cuburi de gheață face ca gustul Shake-ului Complete să fie mai cremos! Este important să urmați aceste instrucțiuni când preparați Shake-ul Complete.

**De reținut:** Shake-ul Complete furnizează elementele nutriționale ale unei mese complete, oferind un amestec echilibrat de carbohidrați, proteine și grăsimi și conține, de asemenea, o cantitate utilă de fibre și micronutrienți, cum ar fi vitaminele și mineralele. Proteinele vegetale au o valoare biologică ridicată.

Shake-ul Complete ar trebui să facă parte dintr-o dietă hipocalorică. Alte alimente ar trebui incluse în această dietă. Este important să beți suficientă apă atunci când utilizați Shake-ul Complete. Acest produs nu este un înlocuitor al unei diete variate și echilibrate și al unui mod de viață sănătos.

*Produs în Elveția pentru:*

**The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Elveția**  
 The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Germania

**A se păstra într-un loc uscat la maxim 24 °C.**  
**A nu se comercializa separat pungile.**

A se consuma de preferință înainte de sfârșitul și Lot nr.:  
 a se vedea spatele ambalajului.

## CHOCOLATE +

Náhrada jídla pro kontrolu hmotnosti.

Prášek pro přípravu čokoládového koktejlu s cukry a sladidlem.

**Složení:** Izolovaný **sójový** protein, cukr (z cukrové řepy), fruktooligosacharidy, emulgátor (**sójový** lecitin), kakaový prášek (se sníženým obsahem tuku) (8%), zahušťovadlo (arabská guma), aroma, fruktóza a dextróza (z hroznů), zahušťovadlo (guarová guma), prášek z acerola třešň, prášek z granátového jablka, dýňový prášek, amarant, jáhly, quinoa, klíčky brokolice, klíčky vojtěšky, klíčky ředkviček, rýžové otruby, jablečný prášek, spirulina, cizrnový prášek, rýžový protein, izolovaný hrachový protein, hrachový protein, citrusová vláknina, slunečnicový olej, vitamin A, vitamin D, vitamin E, niacin, thiamin, riboflavin, vitamin B<sub>6</sub>, kyselina listová, biotin, kyselina pantothenová, vitamin K, železo, zinek, jód, měď, hořčík, mangan, selen, protispěšková látka (oxid křemičitý), sůl, sladidlo (steviol-glykosidy ze stévie), zahušťovadlo (xanthanová guma).

Bez lepku

488g na sáček (15 porcí)

**Návod k použití:** Tímto produktem nenahrazujte více než 2 jídla denně.

**Příprava:** Za použití vidličky, metličky nebo šejkru rozmíchejte jednu odměru (32,5g) prášku v 250ml odtučněného mléka (0,1% tuku). Koktejl můžete připravit i za použití napařovače mléka nebo ručního mixéru. Před konzumací vyčkejte 1 minutu. Do koktejlu můžete přidat i 2–3 kostky ledu pro krémovější chuť. Při přípravě tohoto koktejlu Complete Shake je důležité dodržovat výše zmíněné pokyny.

**Upozornění:** Značka Complete poskytuje výživové prvky celého jídla, dodává vyváženou směs sacharidů, bílkovin a tuků a obsahuje také výhodné množství vlákniny a mikroživin, jako jsou vitamíny a minerály. Rostlinné proteiny mají vysokou biologickou hodnotu.

Produkt Complete by se měl používat jako součást diety s kontrolovaným přírůstkem kalorií. Do této diety by měly být zahrnuty i další potraviny. Při používání produktu Complete je důležité pít dostatek vody.

Tento produkt nenahrazuje vyváženou a pestrou stravu a zdravý životní styl.

Výživové údaje:	Na 100 g prášku	Na porci (připraveno) <sup>a</sup>	% RHP <sup>b</sup>
Energetická hodnota	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Tuky	7,3 g	2,5 g	
z toho nasycené mastné kyseliny	1,8 g	0,7 g	
z toho mononenasycené mastné kyseliny	1,1 g	0,4 g	
z toho polynenasycené mastné kyseliny	4,0 g	1,3 g	
Sacharidy	30 g	23 g	
z toho cukry	28 g	21 g	
Vláknina	16 g	5,0 g	
Bílkoviny	34 g	20 g	
Sůl	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Thiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Kyselina listová	298 µg	110 µg	55
Vitamin B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Kyselina pantothenová	5,5 mg	2,5 mg	42
Draslík	646 mg	600 mg	30
Vápník	125 mg	320 mg	40
Fosfor	270 mg	340 mg	49
Hořčík	234 mg	113 mg	30
Železo	18 mg	6,2 mg	44
Zinek	6,6 mg	3,2 mg	32
Měď	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jód	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5g připraveného prášku s 250ml odtučněného mléka (0,1% tuku)

<sup>b</sup> RHP = Referenční hodnota příjmu

Vyrobeno ve Švýcarsku pro:

The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basilej, Švýcarsko  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Německo

Uchovávejte v suchu při teplotách max. 24 °C.

Sáčky nelze prodávat samostatně.

Minimální trvanlivost do konce a číslo šarže: viz zadní strana sáčku.



Informação nutricional:	Por 100g de pó	Por porção (pronto para consumir) <sup>a</sup>	% DR <sup>b</sup>
Energia	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Lípidos	7,3 g	2,5 g	
dos quais saturados	1,8 g	0,7 g	
dos quais monoinsaturados	1,1 g	0,4 g	
dos quais polinsaturados	4,0 g	1,3 g	
Hidratos de carbono	30 g	23 g	
dos quais açúcares	28 g	21 g	
Fibra	16 g	5,0 g	
Proteínas	34 g	20 g	
Sal	0,78 g	0,60 g	
Vitamina A	719 µg	240 µg	30
Vitamina D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamina E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamina K	69 µg	23 µg	31
Vitamina C	74 mg	24 mg	30
Tiamina	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavina	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacina	17 mg	5,6 mg	35
Vitamina B <sub>6</sub>	1,5 mg	0,60 mg	43
Ácido fólico	298 µg	110 µg	55
Vitamina B <sub>12</sub>	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotina	34 µg	15 µg	30
Ácido pantoténico	5,5 mg	2,5 mg	42
Potássio	646 mg	600 mg	30
Cálcio	125 mg	320 mg	40
Fósforo	270 mg	340 mg	49
Magnésio	234 mg	113 mg	30
Ferro	18 mg	6,2 mg	44
Zinco	6,6 mg	3,2 mg	32
Cobre	1,4 mg	0,45 mg	45
Manganês	1,9 mg	0,60 mg	30
Selénio	38 µg	17 µg	31
Iodo	111 µg	45,0 µg	30

<sup>a</sup> 32,5g de pó preparado com 250ml de leite magro (0,1% gordo)  
<sup>b</sup> DR = Dose de referência

Substituto de refeição para controlo do peso.  
Pó para preparar batido de chocolate com açúcares e edulcorante.

**Ingredientes:** Proteína de soja isolada, açúcar (de beterraba sacarina), frutotiossacarídeos, emulsionante (lecitina de soja), cacau em pó (magro) (8%), espessante (goma arábica), aromas, frutose e dextrose (de uva), espessante (goma de guar), pó de acerola, pó de romã, pó de abóbora, amaranho, painço, quinoa, rebentos de brócolos, rebentos de alfalfa, rebentos de rabanete, farelo de arroz, pó de maçã, spirulina, pó de grão-de-bico, proteína de arroz, proteína de ervilha isolada, proteína de ervilha, fibra de citrinos, óleo de girassol, vitamina A, vitamina D, vitamina E, niacina, tiamina, riboflavina, vitamina B<sub>6</sub>, ácido fólico, biotina, ácido pantoténico, vitamina K, ferro, zinco, iodo, cobre, magnésio, manganês, selénio, antiaglomerante (dióxido de silício), sal, edulcorante (glicosídeos de estevio provenientes de estévia), espessante (goma xantana).

*Isento de glúten*

488g por saqueta (15 porções)

**Modo de utilização:** Não substituir mais do que 2 refeições por dia com Complete.

**Modo de preparação:** Misturar uma colher (32,5g) de pó em 250ml de leite magro (0,1% gordo) utilizando um garfo ou um batedor ou prepare num shaker. O batido pode ser também mexido com um batedor de leite ou uma varinha mágica. Esperar 1 minuto antes de beber. Adicionar 2-3 cubos de gelo tornará o sabor do Complete mais cremoso! É importante que siga estas instruções ao preparar o seu Batido Complete.

**Tome atenção:** O Complete proporciona os elementos nutricionais de uma refeição completa, oferecendo uma mistura equilibrada de hidratos de carbono, proteína e lípidos, contendo também uma quantidade prática de fibra e micronutrientes como vitaminas e minerais. As proteínas vegetais contêm um elevado valor biológico.

O Complete deve ser incluído numa dieta de controlo de calorias. Devem ser incluídos outros alimentos nesta dieta. É importante beber água suficiente ao utilizar o Complete.

Este produto não é um substituto para um regime alimentar variado e um modo de vida saudável.

*Produzido na Suíça por:*

**The Juice Plus+ Company Europe GmbH, CH-4052 Basel, Suíça**  
The Juice Plus+ Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Alemanha

Conservar em local seco até uma temperatura máxima de 24 °C.  
As embalagens não podem ser vendidas separadamente.

Consumir de preferência antes do fim de e número de lote:  
ver na parte de trás das saquetas.

وجبة بديلة للتحمك بالوزن،  
مخفوق شراب شوكولا وحليب (ميلك شيك) بالإضافة إلى سكريات ومحلي.

المكونات: بروتين فول الصويا المعزول، سكر (من شمندر السكر)، فركتوليجوساكارايدس، مستحلب (ليسيثين الصويا)، مسحوق الكاكاو (قليل الدسم) (8٪)، مكثف (صمغ عربي)، منكهات طبيعية، فركتوز ودكستروز (من العنب)، مكثف (صمغ الغار)، مسحوق الكرز، مسحوق الرمان، مسحوق القيقظ، قشدة، دخن، كينوا، بروكلي مبرعم، برسيم مبرعم، فجل مبرعم، نخالة الأرز، مسحوق التفاح، سبيرولينا، مسحوق الحمص، بروتين الأرز، بروتين البازلاء المعزول، بروتين البازلاء، ألياف حمضية، زيت دوار الشمس، فيتامين أ، فيتامين د، فيتامين هـ، نياسين، ثيامين، ريبوفلافين، فيتامين ب6، حمض الفوليك، بيوتين، حمض البانتوثنيك، فيتامين ك، حديد، زنك، يود، نحاس، مغنيسيوم، منغنيز، سيلينيوم، عامل مضاد للتكتل (ثاني أكسيد السيليكون)، ملح، مادة محلبة (جليكوسيدات ستيفول)، مكثف (صمغ الزانتان).

خال من الجلوتين

488 غرام لكل كيس (15 حصص)

مقدار الاستهلاك الموصى به: استبدل وجبتين كحد أقصى كل يوم مع حصة واحدة لكل منهما.

التحضير: خلط ملعقة واحدة (32.5 غرام) من المسحوق إلى 250 مليلتر من الحليب الخالي الدسم (0.1٪ دهون) وحرك باستخدام شوكة أو خفافة أو تحضير في الخلاط. ويمكن أيضاً مزج الخليط مع حليب بالرغوة أو الخلاط اليدوي. انتظر عدة دقيقة وحده قبل الشرب. إن إضافة 2-3 مكعبات الثلج يجعل طعم كومبلي أكثر دسماً من المهم أن تتبع هذه التعليمات عند إعداد شراب كومبلي.

ملاحظة: يوفر كومبليت العناصر الغذائية المتواجدة في وجبة متكاملة ويوفر مزيجاً متوازناً من النشويات (الكربوهيدرات) والبروتين والدهون ويحتوي أيضاً على كمية مفيدة من الألياف والمغذيات الدقيقة مثل الفيتامينات والمعادن. كما أن البروتينات النباتية ذات قيمة حيوية عالية.

يستعمل كومبليت كجزء من نظام غذائي ذي سعرات حرارية مضبوطة. يتبع إضافة أطعمة أخرى إلى هذا النظام الغذائي. من المهم شرب كمية كافية من الماء عند استعمال كومبليت. لا يعتبر هذا المنتج بديلاً عن أي نظام غذائي متوازن ومتنوع ضمن نمط العيش بأسلوب صحي.

تم التصنيع في سويسرا لصالح:

هيليغي ستارتس لتجارة المكملات الغذائية ذ.م.م

بناية أيرس باي، الطابق السابع، الوحدة 715، الخليج التجاري، دبي الإمارات العربية المتحدة

المصنعة من قبل ناي إس إيه

سترو جاليا، عبر كانتونال، مانو سي انتش 6928، سويسرا

معلومات غذائية:	كل 100 غرام مسحوق	لكل حصة (محصرة)*	%RI
الطاقة	1486 كيلو جول 354 سعرة حرارية	881 كيلو جول 209 سعرة حرارية	
الدهون	7.3 غرام	2.5 غرام	
منها دهون مشبعة	1.8 غرام	0.7 غرام	
دهون غير مشبعة	1.1 غرام	0.4 غرام	
دهون متعددة غير مشبعة	4.0 غرام	1.3 غرام	
كربوهيدرات	30 غرام	23 غرام	
منها سكريات	28 غرام	21 غرام	
الألياف	16 غرام	5.0 غرام	
بروتين	34 غرام	20 غرام	
ملح	0.78 غرام	0.60 غرام	
فيتامين أ	719 ميكرو غرام	240 ميكرو غرام	30
فيتامين د	4.6 ميكرو غرام	1.5 ميكرو غرام	30
فيتامين هـ	12 ميكرو غرام	4.0 ميكرو غرام	33
فيتامين ك	69 ميكرو غرام	23 ميكرو غرام	31
فيتامين سي	74 ميكرو غرام	24 ميكرو غرام	30
ثيامين	0.93 ميكرو غرام	0.40 ميكرو غرام	36
ريبوفلافين	1.1 ميكرو غرام	0.80 ميكرو غرام	57
نياسين	17 ميكرو غرام	5.6 ميكرو غرام	35
فيتامين ب6	1.5 ميكرو غرام	0.60 ميكرو غرام	43
حمض الفوليك	298 ميكرو غرام	110 ميكرو غرام	55
فيتامين ب12	0.25 ميكرو غرام	0.78 ميكرو غرام	31
بيوتين	34 ميكرو غرام	15 ميكرو غرام	30
حمض بوتونثينيك	5.5 ميكرو غرام	2.5 ميكرو غرام	42
بوتاسيوم	646 ميكرو غرام	600 ميكرو غرام	30
كالمسيوم	125 ميكرو غرام	320 ميكرو غرام	40
فوسفور	270 ميكرو غرام	340 ميكرو غرام	49
مغنيسيوم	234 ميكرو غرام	113 ميكرو غرام	30
حديد	18 ميكرو غرام	6.2 ميكرو غرام	44
زنك	6.6 ميكرو غرام	3.2 ميكرو غرام	32
نحاس	1.4 ميكرو غرام	0.45 ميكرو غرام	45
منغنيز	1.9 ميكرو غرام	0.60 ميكرو غرام	30
سيلينيوم	38 ميكرو غرام	17 ميكرو غرام	31
يود	111 ميكرو غرام	45.0 ميكرو غرام	30

\* 32.5 غرام من مسحوق محضر مع 250 مليلتر من الحليب منزوع الدسم (0.1 ٪ دسم)

RI% = النسبة المئوية المنصوح بتناولها

يحفظ في مكان جاف بدرجة حرارة لا تتعدى 24 درجة مئوية.  
لا تباغ الأكياس بشكل منفصل.

في خلف الأكياس تاريخ الصلاحية ورقم التصنيع.

COMPLETE  
BY *Juice* PLUS+