

## Directions for use

**EN** — Shake tub before use. Mix 26g powder with 250ml semi-skimmed milk in a shaker cup or blender.

**Lose weight** — Replace 2 meals a day with a shake and have 1 regular meal. In between, enjoy 2 Shakeplus Protein Bars (or other healthy snacks).

**Maintain weight** — Replace 1 meal a day with a shake and have 2 regular meals. In between, enjoy 2 Shakeplus Protein Bars (or other healthy snacks).

Use this **meal replacement product for weight control** as part of an energy-restricted diet and in combination with other foods. Drinking plenty of water, a balanced diet and an active lifestyle are important. Consult a healthcare professional in case of pregnancy, medical conditions or use of medication. It is important to follow the information on this label. Keep cool, dry, closed and out of reach of children. Use within 2 months after opening. Best before end: see bottom.

## Gebbruiksaanwijzing

**NL** — Schud pot voor gebruik. Mix 26g poeder met 250ml halfvolle melk in een shakebeker of blender.

**Afvallen** — Vervang 2 maaltijden per dag door een shake en eet 1 gewone maaltijd. Tussendoor neem je 2 Shakeplus Eiwitrepn (of andere gezonde tussendoortjes).

**Op gewicht blijven** — Vervang 1 maaltijd per dag door een shake en eet 2 gewone maaltijden. Tussendoor neem je 2 Shakeplus Eiwitrepn (of andere gezonde tussendoortjes).

Gebruik dit **maaltijdvervangende product voor gewichtsbeheersing** als onderdeel van een energiebeperkt dieet en in combinatie met andere voeding. Voldoende water drinken, uitgebalanceerde voeding en een actieve levensstijl zijn belangrijk. Raadpleeg een arts of specialist in geval van zwangerschap, ziekte of medicijngebruik. Het is belangrijk de informatie op dit etiket op te volgen. Koel, droog, afgesloten en buiten bereik van kinderen bewaren. Na opening binnen 2 maanden gebruiken. Tenminste houdbaar tot einde: zie bodem.

### Shakeplus

**NL** Trasmolenlaan 12, 3447GZ, Woerden  
**UK** Kemp House, 152 - 160 City Rd., London EC1V 2NX


# SHAKEPLUS

## Meal Replacement Shake

### Strawberry

 Packed with nutrition

 For weight control

 With sweetener (stevia)

14 Shakes

Net weight 364g

## Ingredients / Ingrediënten

**EN** — Milk proteins (whey protein, micellar casein), freeze dried strawberries (21%), fibre (chicory and konjac root extract), soya bean oil, vitamins and minerals (see table), sweetener (steviol glycosides). For allergens, including cereals containing gluten, see ingredients in bold.

**NL** — Melkeiwitten (wei-eiwit, micellaire caseïne), gevriesdroogde aardbeien (21%), vezels (extract van cichorei- en konjacwortel), sojabonenolie, vitaminen en mineralen (zie tabel), zoetstof (stevia-extract). Voor allergenen, inclusief granen met gluten, zie vetgedrukte ingrediënten.

## Nutritional facts / Voedingswaarden

Typical values	100g	Shake <sup>1</sup>	RI <sup>2</sup>
Energy / Energie	kcal 371	211	11%
	kJ 1549	888	11%
Fat / Vetten	g 11	6.7	10%
of which saturates / waarvan verzadigd	g 2.7	3	15%
Carbohydrate / Koolhydraten	g 16.7	16.3	6%
of which sugars / waarvan suikers	g 14.9	15.9	18%
Fibre / Vezels	g 15.6	4.1	—
Protein / Eiwitten	g 44.6	20.1	40%
Salt / Zout	g 1.1	0.4	6%
			<b>NRV/RI<sup>2</sup></b>
Vitamin A <b>retinyl acetate</b>	µg 971	252	31%
Vitamin D <b>cholecalciferol</b>	µg 6.1	1.6	31%
Vitamin E <b>DL-alpha-tocopheryl acetate</b>	mg 14.6	3.8	31%
Vitamin K <b>phytomenadione</b>	µg 91.1	23.7	31%
Vitamin C <b>ascorbic acid</b>	mg 97.1	30.2	37%
Thiamin / Thiamine <b>thiamine mononitrate</b>	mg 1.3	0.4	37%
Riboflavin / Riboflavine <b>riboflavin</b>	mg 1.7	0.9	64%
Niacin / Niacine <b>nicotinamide</b>	mg 19.4	5	31%
Vitamin B6 <b>pyridoxine hydrochloride</b>	mg 1.7	0.5	38%
Folic acid / Foliumzuur <b>pteroylmonoglutamic acid</b>	µg 242	76.2	38%
Vitamin B12 <b>cyanocobalamin</b>	µg 3	1.8	71%
Biotin / Biotine <b>D-biotin</b>	µg 60.7	15.8	31%
Vitamin B5 <b>calcium D-pantothenate</b>	mg 7.3	1.9	31%
Potassium / Kalium <b>potassium chloride</b>	mg 481	525	26%
Calcium <b>from milk</b>	mg 553	434	54%
Phosphorus / Fosfor <b>from milk</b>	mg 305	311	44%
Magnesium <b>magnesium oxide</b>	mg 356	117	31%
Iron / IJzer <b>ferric pyrophosphate</b>	mg 17.9	4.7	33%
Zinc / Zink <b>zinc oxide</b>	mg 27.5	8.4	84%
Copper / Koper <b>copper sulphate</b>	mg 1.5	0.4	39%
Manganese / Mangaan <b>manganese sulphate</b>	mg 2.5	0.7	35%
Selenium <b>sodium selenite</b>	µg 142	37.1	67%
Iodine / Jodium <b>potassium iodide</b>	µg 204	53.2	35%
Sodium / Natrium <b>sodium chloride</b>	mg 400	202	—

<sup>1</sup> Per shake prepared as per instructions / Per shake bereid volgens instructies. <sup>2</sup> Reference-intake and nutrient reference value of an average adult (8400 kJ / 2000 kcal) / Referentie-inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ / 2000 kcal)

SHAKEPLUS.COM



Made in  
The Netherlands