

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.

Gebruiksaanwijzing

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



Made in
The Netherlands

SHAKEPLUS


Meal Replacement Shake

Cappuccino

with real coffee: contains 83mg caffeine per portion (26g)

 Packed with nutrition

 For weight control

 With sweetener (stevia)

14 Shakes

Net weight 364g

SHAKEPLUS.COM

Ingredients / Ingrediënten

EN — Milk proteins (whey protein, micellar casein), fibre (chicory and konjac root extract), soya bean oil, instant coffee (8%), vitamins and minerals (see table), natural flavouring, cinnamon powder, sweetener (steviol glycosides). For allergens, including cereals containing gluten, see ingredients in bold.

NL — Melkeiwitten (wei-eiwit, micellaire caseïne), vezels (extract van cichorei- en konjacwortel), sojabonenolie, oploskoffie (8%), vitaminen en mineralen (zie tabel), natuurlijk aroma, kaneelpoeder, zoetstof (stevia-extract). Voor allergenen, inclusief granen met gluten, zie vetgedrukte ingrediënten.

Nutritional facts / Voedingswaarden

Typical values	100g Shake ¹	RI ²
Energy / Energie	kcal 363	209 11%
	kJ 1516	879 11%
Fat / Vetten	g 10.2	6.5 9%
of which saturates / waarvan verzadigd	g 2.5	3 15%
Carbohydrate / Koolhydraten	g 7.6	14 5%
of which sugars / waarvan suikers	g 5.2	13.4 15%
Fibre / Vezels	g 16.9	4.4 —
Protein / Eiwitten	g 52.1	22 44%
Salt / Zout	g 1	0.4 6%

		NRV/RI ²
Vitamin A retinyl acetate	µg 971	252 31%
Vitamin D cholecalciferol	µg 6.1	1.6 31%
Vitamin E DL-alpha-tocopheryl acetate	mg 14.6	3.8 31%
Vitamin K phytomenadione	µg 91.1	23.7 31%
Vitamin C ascorbic acid	mg 97.1	30.2 37%
Thiamin / Thiamine thiamine mononitrate	mg 1.3	0.4 37%
Riboflavin / Riboflavine riboflavin	mg 1.7	0.9 64%
Niacin / Niacine nicotinamide	mg 19.4	5 31%
Vitamin B6 pyridoxine hydrochloride	mg 1.7	0.5 38%
Folic acid / Foliumzuur pteroylmonoglutamic acid	µg 242	76.2 38%
Vitamin B12 cyanocobalamin	µg 3	1.8 71%
Biotin / Biotine D-biotin	µg 60.7	15.8 31%
Vitamin B5 calcium D-pantothenate	mg 7.3	1.9 31%
Potassium / Kalium potassium chloride	mg 495	528 26%
Calcium from milk	mg 856	512 64%
Phosphorus / Fosfor from milk	mg 511	365 52%
Magnesium magnesium oxide	mg 371	121 32%
Iron / IJzer ferric pyrophosphate	mg 18.6	4.8 34%
Zinc / Zink zinc oxide	mg 41.4	12 120%
Copper / Koper copper sulphate	mg 1.6	0.4 41%
Manganese / Mangaan manganese sulphate	mg 2.6	0.7 33%
Selenium sodium selenite	µg 193	50.4 91%
Iodine / Jodium potassium iodide	µg 219	57.2 38%
Sodium / Natrium sodium chloride	mg 400	202 —

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