



MEDIC-SYSTEM®



Milkshakes

MEDIC-SYSTEM®

☐ PANACHÉ ☐ VANILLE ☐ CHOCOLAT ☐ PRALINÉ ☐ POMME CARAMEL

MODE DE PRÉPARATION

Préparation instantanée par simple dissolution

- Dans un shaker, versez un peu d'eau et videz le contenu du sachet.
- Progressivement, versez de l'eau minérale fraîche jusqu'au trait ou progressivement, versez de l'eau minérale fraîche 250 ml.
- Agitez le mélange jusqu'à dissolution complète.
- Si vous passez la préparation au mixer, en ayant ajouté un yaourt ou un fromage blanc maigres, vous lui donnerez une consistance plus onctueuse.
- Vous pouvez remplacer l'eau par du lait écrémé digestion facile ou du soya.
- Ajoutez du jus de citron pour les arômes fruits, et éventuellement de la glace pilée.
- Ajoutez de la cannelle, du café lyophilisé en poudre à l'arôme vanille.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- 90 % de l'énergie est fournie par des protéines.
- 5 % de l'énergie est fournie par des glucides.
- 4 % de l'énergie est fournie par les lipides.

AVIS IMPORTANT

POUR LES BESOINS NUTRITIONNELS EN CAS DE SURCHARGES PONDERALES.



3 760064 930411
Fabriqué en FRANCE
distribué par MEDIC-SYSTEM - code EMB 53 125

PANACHAGE DES QUATRE ARÔMES DE MILKSHAKES

APPORTS NUTRITIONNELS PAR SACHET :

EN MOYENNE	Chocolat (25 g)	Vanille (24 g)	Pomme-Caramel (23 g)	Praliné (23 g)
VALEUR ÉNERGÉTIQUE :	89 Kcal (376 kJ)	87 Kcal (364 kJ)	78 Kcal (331 kJ)	81 Kcal (345 kJ)
Protéides :	17,60 g	18,50 g	18,00 g	18,00 g
Glucides :	1,00 g	1,20 g	0,60 g	1,00 g
dont sucres :	0,30 g	1,20 g	0,60 g	0,90 g
Lipides :	1,10 g	0,50 g	0,30 g	0,50 g
dont acides gras saturés :	0,70 g	0,30 g	0,20 g	0,30 g
Fibres Alimentaires :	2,30 g	1,10 g	0,70 g	0,30 g
Sodium :	250,00 mg	205,00 mg	175,00 mg	220,00 mg
Potassium :	165,00 mg	55,00 mg	65,00 mg	60,00 mg
Vitamine A :	80,00 µg	73,60 µg	73,60 µg	73,60 µg
Vitamine D :	0,50 µg	0,46 µg	0,46 µg	0,46 µg
Vitamine K :	3,50 µg	3,22 µg	3,22 µg	3,22 µg
Vitamine E :	1,00 mg	0,92 mg	0,92 mg	0,92 mg
Vitamine C :	6,00 mg	5,52 mg	5,52 mg	5,52 mg
Vitamine B1 :	0,15 mg	0,14 mg	0,14 mg	0,14 mg
Vitamine B2 :	0,15 mg	0,14 mg	0,14 mg	0,14 mg
Vitamine PP :	1,80 mg	1,66 mg	1,66 mg	1,66 mg
Vitamine B6 :	0,20 mg	0,18 mg	0,18 mg	0,18 mg
Ac.Folique :	20,00 µg	18,40 µg	18,40 µg	18,40 µg
Vitamine B12 :	0,10 µg	0,09 µg	0,09 µg	0,09 µg
Biotine :	15,00 µg	13,80 µg	13,80 µg	13,80 µg
Ac.Pantothénique :	0,60 mg	0,55 mg	0,55 mg	0,55 mg
Calcium :	350 mg (44% A.J.R.)	260 mg (30% A.J.R.)	260 mg (30% A.J.R.)	290 mg (36% A.J.R.)
Phosphore :	225 mg (32% A.J.R.)	155 mg (22% A.J.R.)	150 mg (21% A.J.R.)	150 mg (21% A.J.R.)
Magnésium :	6,56 mg (9% A.J.R.)	6,03 mg	6,03 mg	6,03 mg
Fer :	0,44 mg	0,40 mg	0,40 mg	0,40 mg
Zinc :	0,44 mg	0,40 mg	0,40 mg	0,40 mg
Cuivre :	52,50 µg	48,30 µg	48,30 µg	48,30 µg
Iode :	5,69 µg	5,23 µg	5,23 µg	5,23 µg
Sélénium :	2,19 µg	2,01 µg	2,01 µg	2,01 µg
Manganèse :	43,75 µg	41,40 µg	41,40 µg	41,40 µg
Chrome :	1,09 µg	1,01 µg	1,01 µg	1,01 µg
Molybdène :	3,06 µg	2,82 µg	2,82 µg	2,82 µg

APPORTS NUTRITIONNELS EN MOYENNE POUR 100 g :

EN MOYENNE	Chocolat (25 g)	Vanille (24 g)	Pomme-Caramel (23 g)	Praliné (23 g)
VALEUR ÉNERGÉTIQUE :	357 Kcal (1.506 KJ)	362 Kcal (1.534 kJ)	340 Kcal (1.441 kJ)	353 Kcal (1.498 kJ)
Protéides :	70,50 g	77,50 g	78,00 g	79,00 g
Glucides :	4,00 g	5,20 g	2,50 g	5,00 g
dont sucres :	1,00 g	5,00 g	2,50 g	4,00 g
Lipides :	4,50 g	2,50 g	1,50 g	2,00 g
dont acides gras saturés :	2,80 g	1,20 g	1,00 g	1,30 g
Fibres Alimentaires :	9,30 g	4,50 g	3,20 g	1,50 g
Sodium :	1 000,00 mg	855,00 mg	770,00 mg	950,00 mg
Potassium :	665,00 mg	235,00 mg	275,00 mg	250,00 mg
Vitamine A :	320,00 µg	320,00 µg	320,00 µg	320,00 µg
Vitamine D :	2,00 µg	2,00 µg	2,00 µg	2,00 µg
Vitamine K :	14,00 µg	14,00 µg	14,00 µg	14,00 µg
Vitamine E :	4,00 mg	4,00 mg	4,00 mg	4,00 mg
Vitamine C :	24,00 mg	24,00 mg	24,00 mg	24,00 mg
Vitamine B1 :	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg
Vitamine B2 :	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg
Vitamine PP :	7,20 mg	7,20 mg	7,20 mg	7,20 mg
Vitamine B6 :	0,80 mg	0,80 mg	0,80 mg	0,80 mg
Ac.Folique :	80,00 µg	80,00 µg	80,00 µg	80,00 µg
Vitamine B12 :	0,40 µg	0,40 µg	0,40 µg	0,40 µg
Biotine :	60,00 µg	60,00 µg	60,00 µg	60,00 µg
Calcium :	1400 mg (176% A.J.R.)	1080 mg (135% A.J.R.)	1130 mg (141% A.J.R.)	1250 mg (156% A.J.R.)
Phosphore :	900 mg (129% A.J.R.)	640 mg (91% A.J.R.)	650 mg (90% A.J.R.)	650 mg (93% A.J.R.)
Magnésium :	26,25 mg	26,25 mg	26,25 mg	26,25 mg
Fer :	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg
Zinc :	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg
Cuivre :	210,00 µg	210,00 µg	210,00 µg	210,00 µg
Iode :	22,75 µg	22,75 µg	22,75 µg	22,75 µg
Sélénium :	8,75 µg	8,75 µg	8,75 µg	8,75 µg
Manganèse :	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg
Chrome :	4,38 µg	4,38 µg	4,38 µg	4,38 µg
Molybdène :	12,25 µg	12,25 µg	12,25 µg	12,25 µg