

# EQ3 focus custard oats

Maaltijdvervangend product voor gewichtsbeheersing in poedervorm voor de bereiding van havermoutvla met vanillesmaak. Met zoetstof. Substitut de repas en poudre pour le contrôle de poids pour la préparation d'une crème d'avoine saveur vanille. Avec édulcorant.

Voedingswaarde per / Valeurs nutritionnelles par		45g	100g	gebruiks-klare maaltijd/ repas*	% RI **
<b>Energiewaarde / Valeur énergétique</b>	kcal	166	369	237	12%
	KJ	696	1546	996	12%
<b>Vetten / Lipides</b>	g	3,7	8,2	6,1	9%
waarvan verzadigde vetzuren / acides gras saturés	g	0,6	1,4	2,0	10%
mono-onverzadigde vetzuren / acides gras mono-insaturés	g	0,9	2,1	0,9	36%
polyonverzadigde vetzuren / acides gras poly insaturés	g	1,7	3,7	1,7	
<b>Omega 3</b>	g	0,1	0,3	0,1	
<b>Omega 6</b>	g	1,1	2,4	1,1	
<b>Koolhydraten / Glucides</b>	g	13,6	30,2	21	8%
Waarvan suikers / Dont sucres	g	0,4	0,9	8	8%
<b>Voedingsvezels / Fibres</b>	g	2,6	5,8	3	9%
<b>Eiwitten / Protéines</b>	g	16,2	43	21	43%
<b>Zout/Sel</b>	g	0,72	1,6	0,9	14%
<b>Natrium / Sodium</b>	g	0,29	0,64	0,3	
<b>Kalium / Potassium</b>	mg	733	1629	980	49%
<b>Fosfor / Phosphore</b>	mg	498	1107	639	91%
<b>Calcium</b>	mg	271	601	451	56%
<b>Magnesium / Magnésium</b>	mg	129	287	144	38%
<b>Mangaan / Manganèse</b>	mg	0,7	2	0,7	35%
<b>Ijzer / Fer</b>	mg	7	17	7	53%
<b>Zink / Zinc</b>	mg	9	20	9	95%
<b>Koper / Cuivre</b>	mg	0,6	1,3	0,6	60%
<b>Jood / Iodure</b>	µg	46	101	51	34%
<b>Molybdeen</b>	µg	6	14	6	13%
<b>Seleen / Sélénium</b>	µg	17	39	19	34%
<b>Vitamine A</b>	µg	285	633	318	40%
<b>Vitamine D</b>	µg	2	3	2	30%
<b>Vitamine E</b>	mg	4	8	4	31%
<b>Vitamine K</b>	µg	24	52	24	31%
<b>Vitamine C</b>	mg	24	54	27	33%
<b>Vitamine B1</b>	mg	0,6	1,4	0,7	60%
<b>Vitamine B2</b>	mg	0,6	1,3	0,9	62%
<b>Vitamine B3 (Niacine)</b>	mg	7	16	7	46%
<b>Vitamine B5 (Pantotheenzuur / Acide pantothénique)</b>	mg	2	5	2	38%
<b>Vitamine B6</b>	mg	0,6	1,4	0,7	49%
<b>Vitamine B8 (Biotine)</b>	µg	17	37	20	39%
<b>Vitamine B11 (Foliumzuur / Acide folique)</b>	µg	83	184	91	45%
<b>Vitamine B12</b>	µg	0,9	2,0	1,2	48%
<b>Choline</b>	mg	100	222	100	

\*een gebruiksklare maaltijd (45 g product/ 150 ml halvolle melk (max 1,5% vet)).  
 \*\*RI= Referentie inname van een gemiddelde volwassene (8400 kJ/2000 kcal). De voedingswaarde is een gemiddeld gegeven, onderhevig aan de fluctuatie van de grondstoffen.

\*un repas prêt à l'emploi (45 g produit avec 150 ml de lait demi-écrémé (max 1,5% graisse)). \*\*RI = Apports de référence pour un adulte type (8400 kJ/2000 kcal). La valeur nutritionnelle est une moyenne, susceptible à la fluctuation des matières premières.

**EQ3 focus custard oats** heeft een maaltijdvervangend effect bij een energiebeperkt dieet. Belangrijk om een gezonde levensstijl na te streven met evenwichtige, gezonde voeding. Drink dagelijks voldoende water. Vervanging van 2 hoofdmaaltijden door een vervangmaaltijd bij een energiebeperkt dieet optimaliseert gewichtsverlies, vervanging van 1 hoofdmaaltijd ondersteunt gewichtsbehoud na gewichtsverlies. (EFSA)

**Bereidingsadvies:** voeg aan 150 ml warme halvolle melk (1,5% vet) 1 zakje (45 g) toe. Even roeren en genieten. Opgelet: niet shaken! Deze maaltijd kan zowel warm als koud gegeten worden.



**Ingrediënten:** havervlokken (37,8%) <gluten>, soja-eiwit isolaat, erwten-eiwit isolaat, vitaminen en mineralen (natrium, kalium, fosfor, calcium, magnesium, mangaan, ijzer, zink, koper, jood, seleen, choline, vitamine (A, D, E, K, C, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B11, B12)), geraffineerde sojabonenolie, wei-eiwit isolaat\*, natuurlijk aroma: vanille, verdikkingsmiddel: guargom, aroma caramel, verdikkingsmiddel: xanthaangom, zout, zoetstof sucralose. \*type melkeiwit

Bij gebruik van 2 EQ3 maaltijden wordt >25 µg vit. K aangebracht opletten of niet geschikt voor personen die coumarine-anticoagulantia innemen. En > 1000 mg Kalium opletten bij of niet geschikt voor oudere personen of personen met een nierafwijking, met diabetes met insulineresistentie of personen die behandeld worden voor arteriële hypertensie. En wanneer >10 mg zink: inname dient beperkt te worden tot enkele weken/maanden.

**Kwaliteitsgarantie:** EQ3 producten zijn te verkrijgen via diëtisten. Ze worden met uiterste zorg gemaakt en verpakt en dienen u in goede staat te bereiken. Zo niet, contacteer ons.



**Bewaring:** koel (< 25°C) en droog. Na openen beperkt houdbaar. lotnr. / Ongeopend tenminste houdbaar tot einde: zie verpakking.

**EQ3 focus custard oats** n'a l'effet d'un substitut de repas que dans le cadre d'un régime hypocalorique. Il est important de poursuivre un mode de vie sain avec une alimentation équilibrée et saine. Buvez suffisamment d'eau tous les jours. Le remplacement de 2 repas principaux par un substitut de repas dans le cadre d'un régime hypocalorique optimise la perte de poids, le remplacement d'un repas principal soutient le maintien du poids après la perte de poids. (EFSA)

**Préparation d'un repas:** Ajoutez un sachet (45 g) à 150 ml de lait chaud demi-écrémé (1,5% de matière grasse). Remuez et savourez. Attention : ne pas secouer! La préparation se mange chaud ou froid.

**Ingédients:** flocons d'avoine (37,8%) <gluten>, isolat de protéines de soja, isolat de protéines de pois, vitamines et minéraux (sodium, potassium, phosphore, calcium, magnésium, manganèse, fer, zinc, cuivre, iode, sélénium, choline, vitamine (A, D, E, K, C, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B11, B12)), huile de soja raffinée, isolat de protéines de lactosérum, arôme naturel: vanille, épaississant : gomme de guar, arôme caramel, épaississant: gomme xanthane, sel, édulcorant: sucralose. \*type de protéines de lait

La consommation de 2 repas EQ3 apporte >25 µg vit. K demande de l'attention ou ne convient pas aux personnes traitées aux anticoagulants coumariniques. Et >1000 mg potassium attention ou ne convient pas aux personnes âgées ou atteintes d'affections rénales, de diabète avec insulinerésistance, ou traitées pour une hypertension artérielle. Et >10 mg de zinc: la consommation doit être limitée à quelques semaines/mois.

**Garantie de qualité:** Les produits EQ3 sont disponibles via les diététiciens. Ils sont fabriqués et emballés avec le plus grand soin et doivent vous parvenir en bon état. Si ce n'est pas le cas, veuillez nous contacter.

**Stockage :** frais (< 25°C) et sec. Après ouverture, conservation limitée. Numéro de lot/A consommer de préférence avant fin: voir les sachets.