

Valeurs nutritionnelles & Ingrédients

Shakes



Shake à la vanille	02
Shake au chocolat	03
Shake au cappuccino	04
Shake yaourt-framboise	05
Shake yaourt-citron	06
Shake à la noix de coco	07

Shake à la vanille

Saveur vanille

precon

Ingrédients:

Protéines de **lait**, dextrine résistante, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**)), arôme, épaississant (farine de graines de guar), huile de **soja**, **lait** écrémé en poudre, maltodextrine, oxyde de magnésium, antiagglomérant (dioxyde de silicium), sel de cuisine, poudre de gousses de vanille (0.2%), vitamine C, sulfate de fer (II), édulcorants (sucralose, glycosides de stéviol issus de la stévia), niacine, oxyde de zinc, gluconate de cuivre (II), sulfate de manganèse (II), vitamine E, vitamine A, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), colorant (carotène), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, acide folique, vitamine K, iodure de sodium, sélénite de sodium, biotine, vitamine D, vitamine B12. Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1553 kJ	19*	903 kJ	11*
Valeur énergétique (kcal)	370 kcal	19*	214 kcal	11*
Matières grasses	9.8 g	14*	6.5 g	9*
dont acides gras saturés	2.4 g	12*	3.7 g	19*
Hydrates de carbone	11.8 g	5*	16.8 g	6*
dont sucre	5.9 g	7*	15.6 g	17*
Fibres	15.6 g	-	3.1 g	-
Protéines	50.6 g	101*	20.3 g	41*
Sel	0.46 g	8*	0.44 g	7*
Vitamine A	1844 µg	231**	410 µg	51**
Vitamine D3	11.7 µg	234**	2.4 µg	48**
Vitamine E	26.7 mg	223**	5.5 mg	46**
Vitamine K	169 µg	226**	33.9 µg	45**
Vitamine C	149 mg	187**	35 mg	44**
Vitamine B1	1.9 mg	173**	0.48 mg	44**
Vitamine B2	2.9 mg	207**	1.1 mg	79**
Niacine	35.4 mg	221**	7.3 mg	46**
Vitamine B6	2.3 mg	164**	0.6 mg	43**
Acide folique	352 µg	176**	94.5 µg	47**
Vitamine B12	7.2 µg	288**	2.7 µg	108**
Biotine	83.8 µg	168**	28.8 µg	58**
Acide pantothénique	10.1 mg	168**	3.1 mg	52**
Potassium	330 mg	17**	531 mg	27**
Calcium	1127 mg	141**	579 mg	72**
Phosphore	870 mg	124**	447 mg	64**
Magnésium	582 mg	155**	152 mg	41**
Fer	24.5 mg	175**	5.0 mg	36**
Zinc	16 mg	160**	4.5 mg	45**
Cuivre	2.2 mg	220**	0.47 mg	47**
Manganèse	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Sélénium	95.6 µg	174**	28.1 µg	51**
Iode	154 µg	103**	65.9 µg	44**

Ce produit contient 4.8 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)

Shake au chocolat

Saveur chocolat

precon

Ingrédients:

Protéines de **lait**, poudre de cacao fortement dégraissé (10.%), arôme, dextrine résistante, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**)), huile de **soja**, **lait** écrémé en poudre, épaississant (farine de graines de guar), maltodextrine, oxyde de magnésium, sel de cuisine, antiagglomérant (dioxyde de silicium), vitamine C, sulfate de fer (II), édulcorants (sucralose, glycosides de stéviol de la stévia), niacine, oxyde de zinc, gluconate de cuivre (II), sulfate de manganèse (II), vitamine E, vitamine A, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, acide folique, vitamine K, iodure de sodium, sélénite de sodium, biotine, vitamine D, vitamine B12.
Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1598 kJ	19*	912 kJ	11*
Valeur énergétique (kcal)	380 kcal	19*	217 kcal	11*
Matières grasses	11.2 g	16*	6.8 g	10*
dont acides gras saturés	3.0 g	15*	3.8 g	19*
Hydrates de carbone	12.5 g	5*	16.9 g	7*
dont sucre	5.1 g	6*	15.4 g	17*
Fibres	11.5 g	-	2.3 g	-
Protéines	51.1 g	102*	20.4 g	41*
Sel	0.62 g	10*	0.48 g	8*
Vitamine A	1314 µg	164**	304 µg	38**
Vitamine D3	11.6 µg	232**	2.4 µg	48**
Vitamine E	26.7 mg	223**	5.4 mg	45**
Vitamine K	169 µg	226**	33.9 µg	45**
Vitamine C	147 mg	185**	34.6 mg	43**
Vitamine B1	1.9 mg	173**	0.48 mg	44**
Vitamine B2	2.9 mg	207**	1.1 mg	79**
Niacine	35.6 mg	223**	7.4 mg	46**
Vitamine B6	2.5 mg	179**	0.63 mg	45**
Acide folique	351 µg	176**	94.3 µg	47**
Vitamine B12	7.1 µg	284**	2.7 µg	108**
Biotine	83.8 µg	168**	28.8 µg	58**
Acide pantothénique	10.2 mg	170**	3.1 mg	52**
Potassium	686 mg	34**	602 mg	30**
Calcium	1098 mg	137**	573 mg	72**
Phosphore	907 mg	130**	454 mg	65**
Magnésium	631 mg	168**	162 mg	43**
Fer	27.6 mg	197**	5.7 mg	41**
Zinc	16.5 mg	165**	4.6 mg	46**
Cuivre	2.6 mg	260**	0.54 mg	54**
Manganèse	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Sélénium	95 µg	173**	28 µg	51**
Iode	153 µg	102**	65.8 µg	44**

Ce produit contient 4.8 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)

Shake au cappuccino

Saveur cappuccino

precon

Ingrédients:

Concentré de protéines de **lait**, inuline, protéines de **lait**, extrait de grains de café (*Coffea canephora*) (5.5%), huile de **soja** raffinée, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**), épaississant (farine de graines de guar), phosphate dipotassique, poudre de **lait** écrémé, sirop de glucose, oxyde de magnésium, anti-agglomérant (dioxyde de silicium), arôme (contient du lactose), sel de cuisine, vitamine C, sulfate ferreux, caramel (sirop de caramel sucré, maltodextrine), édulcorants (sucralose, acésulfame K), oxyde de zinc, sulfate de manganèse (II), niacine, gluconate de cuivre (II), vitamine E, vitamine A, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, acide folique, iodure de sodium, sélénite de sodium, vitamine K, biotine, vitamine D, vitamine B12.

Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1412 kJ	17*	875 kJ	10*
Valeur énergétique (kcal)	337 kcal	17*	208 kcal	10*
Matières grasses	9.3 g	13*	6.4 g	9*
dont acides gras saturés	2.2 g	11*	3.7 g	19*
Hydrates de carbone	7.2 g	3*	15.8 g	6*
dont sucre	5.3 g	6*	15.5 g	17*
Fibres	21.4 g	-	4.3 g	-
Protéines	45.5 g	91*	19.3 g	39*
Sel	0.49 g	8*	0.45 g	8*
Vitamine A	1312 µg	164**	304 µg	38**
Vitamine D3	9.3 µg	186**	2.0 µg	40**
Vitamine E	22.1 mg	184**	4.5 mg	38**
Vitamine K	132 µg	177**	26.6 µg	35**
Vitamine C	131 mg	164**	31.4 mg	39**
Vitamine B1	1.8 mg	164**	0.48 mg	44**
Vitamine B2	2.7 mg	193**	1.1 mg	79**
Niacine	26.3 mg	164**	5.5 mg	34**
Vitamine B6	2.3 mg	164**	0.6 mg	43**
Acide folique	359 µg	180**	96 µg	48**
Vitamine B12	6.8 µg	272**	2.6 µg	104**
Biotine	84.9 µg	170**	29 µg	58**
Acide pantothénique	10.1 mg	168**	3.1 mg	52**
Potassium	1376 mg	69**	740 mg	37**
Calcium	1054 mg	132**	564 mg	71**
Phosphore	1198 mg	171**	512 mg	73**
Magnésium	411 mg	110**	118 mg	32**
Fer	22.7 mg	162**	4.7 mg	34**
Zinc	18.4 mg	184**	5.0 mg	50**
Cuivre	1.7 mg	170**	0.37 mg	37**
Manganèse	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Sélénium	116 µg	211**	32.2 µg	59**
Iode	234 µg	156**	82 µg	55**

Ce produit contient 4.6 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)

Shake yaourt-framboise

Saveur yaourt-framboise

precon

Ingrédients:

Concentré de protéines de **lait**, protéines de **lait**, inuline, épaississant (farine de graines de guar), huile de **soja** raffinée, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**)), phosphate dipotassique, arôme, **lait** écrémé en poudre, sirop de glucose, oxyde de magnésium, colorant alimentaire (poudre de betterave rouge), anti-agglomérant (dioxyde de silicium), sel de cuisine, vitamine C, sulfate ferreux, édulcorants (acésulfame K, sucralose), vitamine E, niacine, sulfate de manganèse (II), oxyde de zinc, gluconate de cuivre (II), vitamine A, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, acide folique, vitamine K, biotine, iodure de sodium, sélénite de sodium, vitamine D, vitamine B12.

Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1500 kJ	17.9	893 kJ	10.6
Valeur énergétique (kcal)	358 kcal	17.9	212 kcal	10.6
Matières grasses	9.7 g	13.9	6.5 g	9.3
dont acides gras saturés	2.1 g	10.5	3.7 g	5.3
Hydrates de carbone	8.2 g	3.2	16.0 g	6.2
dont sucre	5.7 g	6.3	15.5 g	17.2
Fibres	22.0 g		4.4 g	
Protéines	48.4 g	96.8	19.9 g	39.8
Sel	0.52 g	8.6	0.46 g	7.6
Vitamine A	1203 µg	150**	282 µg	35**
Vitamine D3	9.4 µg	188**	2.0 µg	40**
Vitamine E	31 mg	258**	6.3 mg	53**
Vitamine K	122 µg	163**	24.5 µg	33**
Vitamine C	139 mg	174**	33 mg	41**
Vitamine B1	1.7 mg	155**	0.45 mg	41**
Vitamine B2	2.6 mg	186**	1.1 mg	79**
Niacine	24.1 mg	151**	5.1 mg	32**
Vitamine B6	2.1 mg	150**	0.57 mg	41**
Acide folique	333 µg	167**	90.8 µg	45**
Vitamine B12	6.6 µg	264**	2.6 µg	104**
Biotine	78.2 µg	156**	27.6 µg	55**
Acide pantothénique	9.3 mg	155**	2.9 mg	48**
Potassium	1392 mg	70**	743 mg	37**
Calcium	1116 mg	140**	577 mg	72**
Phosphore	1234 mg	176**	519 mg	74**
Magnésium	398 mg	106**	115 mg	31**
Fer	21.2 mg	151**	4.4 mg	31**
Zinc	12.2 mg	122**	3.7 mg	37**
Cuivre	1.5 mg	150**	0.32 mg	32**
Manganèse	3.9 mg	195**	0.78 mg	39**
Sélénium	50.1 µg	91**	19.0 µg	35**
Iode	84.1 µg	56**	51.9 µg	35**

Ce produit contient 4.6 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)

Shake yaourt-citron

Saveur yaourt-citron

precon

Ingrédients:

Protéines de **lait**, dextrine résistante, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**)), épaississant (farine de graines de guar), huile de **soja**, arôme, **lait** écrémé en poudre, maltodextrine, oxyde de magnésium, anti-agglomérant (dioxyde de silicium), sel de cuisine, acidifiant (acide citrique), vitamine C, sulfate de fer (II), édulcorants (sucralose, glycosides de stéviol de la stévia), niacine, oxyde de zinc, sulfate de manganèse (II), vitamine E, gluconate de cuivre (II), vitamine A, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, colorant (carotène), phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, acide folique, vitamine K, iodure de sodium, sélénite de sodium, biotine, vitamine D, vitamine B12. Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1540 kJ	18*	901 kJ	11*
Valeur énergétique (kcal)	367 kcal	18*	214 kcal	11*
Matières grasses	9.7 g	14*	6.5 g	9*
dont acides gras saturés	2.3 g	12*	3.7 g	19*
Hydrates de carbone	10.5 g	4*	16.5 g	6*
dont sucre	5.2 g	6*	15.4 g	17*
Fibres	17.7 g	-	3.5 g	-
Protéines	50.5 g	101*	20.3 g	41*
Sel	0.47 g	8*	0.45 g	8*
Vitamine A	1464 µg	183**	334 µg	42**
Vitamine D3	11.7 µg	234**	2.4 µg	48**
Vitamine E	26.5 mg	221**	5.4 mg	45**
Vitamine K	169 µg	226**	33.9 µg	45**
Vitamine C	148 mg	185**	34.7 mg	43**
Vitamine B1	1.9 mg	173**	0.48 mg	44**
Vitamine B2	2.9 mg	207**	1.1 mg	79**
Niacine	35.4 mg	221**	7.3 mg	46**
Vitamine B6	2.3 mg	164**	0.6 mg	44**
Acide folique	352 µg	176**	94.5 µg	47**
Vitamine B12	7.2 µg	288**	2.7 µg	108**
Biotine	83.8 µg	168**	28.8 µg	58**
Acide pantothénique	10.1 mg	168**	3.1 mg	52**
Potassium	330 mg	17**	531 mg	27**
Calcium	1127 mg	141**	579 mg	72**
Phosphore	870 mg	124**	447 mg	64**
Magnésium	594 mg	158**	154 mg	41**
Fer	24.5 mg	175**	5.0 mg	36**
Zinc	16 mg	160**	4.5 mg	45**
Cuivre	1.7 mg	170**	0.37 mg	37**
Manganèse	4.9 mg	245**	0.98 mg	49**
Sélénium	95.6 µg	174**	28.1 µg	51**
Iode	154 µg	103**	65.9 µg	44**

Ce produit contient 4.8 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)

Shake à la noix de coco

Saveur noix de coco

precon

Ingrédients:

Concentré de protéines de **lait**, inuline, protéines de **lait**, huile de **soja** raffinée, émulsifiant (lécithine (contient du **soja**)), épaississant (farine de graines de guar), phosphate dipotassique, arôme, lait écrémé en poudre, sirop de glucose, oxyde de magnésium, antiagglomérant (dioxyde de silicium), sel de cuisine, sulfate de fer (II), vitamine C, édulcorants (sucralose, acésulfame K), oxyde de zinc, sulfate de manganèse (II), niacine, gluconate de cuivre (II), vitamine E, acide pantothénique, antioxydant (alpha-tocophérol), vitamine B6, vitamine B2, vitamine B1, vitamine A, acide folique, iodure de sodium, sélénite de sodium, vitamine K, biotine, vitamine D, vitamine B12.

Peut contenir des traces de gluten, d'œufs et d'arachides.

Valeurs nutritionnelles	Par 100 g de poudre	%*, %NRV**	Par portion (20 g de poudre dans 300 ml de lait 1.5% de matière grasse)	%*, %NRV**
Valeur énergétique (kJ)	1474 kJ	17.5*	888 kJ	10.6*
Valeur énergétique (kcal)	352 kcal	17.5*	211 kcal	10.6*
Matières grasses	9.8 g	14.1*	6.5 g	9.3*
dont acides gras saturés	2.2 g	11*	3.7 g	18.5*
Hydrates de carbone	7.1 g	2.7*	15.8 g	6.1*
dont sucre	5.9 g	6.6*	15.6 g	17.3*
Fibres	24.8 g	-	5.0 g	-
Protéines	46.2 g	92.4*	19.4 g	38.8*
Sel	0.55 g	9.2*	0.46 g	7.7*
Vitamine A	1082 µg	135**	258 µg	32**
Vitamine D3	7.3 µg	146**	1.5 µg	30**
Vitamine E	24.5 mg	204**	5.0 mg	42**
Vitamine K	117 µg	156**	23.4 µg	31**
Vitamine C	100 mg	125**	25.1 mg	31**
Vitamine B1	1.5 mg	136**	0.41 mg	37**
Vitamine B2	2.2 mg	157**	0.98 mg	70**
Niacine	23.7 mg	148**	5.0 mg	31**
Vitamine B6	1.9 mg	136**	0.53 mg	38**
Acide folique	298 µg	149**	83.6 µg	42**
Vitamine B12	5.3 µg	212**	2.3 µg	92**
Biotine	71.3 µg	143**	26.3 µg	53**
Acide pantothénique	8.3 mg	138**	2.7 mg	45**
Potassium	1370 mg	69**	739 mg	37**
Calcium	1038 mg	130**	561 mg	70**
Phosphore	1166 mg	167**	506 mg	72**
Magnésium	387 mg	103**	113 mg	30**
Fer	23.2 mg	166**	4.8 mg	34**
Zinc	18.3 mg	183**	5.0 mg	50**
Cuivre	1.6 mg	160**	0.35 mg	35**
Manganèse	4.6 mg	230**	0.93 mg	47**
Sélénium	119 µg	218**	33.0 µg	60**
Iode	242 µg	162**	83.6 µg	56**

Ce produit contient 4.7 g d'acide linoléique pour 100 g.

*Quantité de référence pour un adulte moyen (8400 kJ/2000 kcal)

**VNR = % des valeurs nutritionnelles de référence (selon le règlement (UE) n° 1169/2011)