

FLOCONS D'AVOINE
PREPARATION DIETETIQUE INSTANTANEE
HYPERPROTIDIQUE – RICHE EN FIBRES et EN CALCIUM
NATURE - édulcorée au Sucralose

ORIGINAL OATMEAL
INSTANT HIGH PROTEIN MIX SUPPLEMENT
RICH IN FIBER AND CALCIUM– sweetened with Sucralose
ORIGINAL TASTE

COMPOSITION ANALYTIQUE MOYENNE
NUTRITIONAL INFORMATION AVERAGE

	100 g	1 packet (36 g)
VALEURS ENERGETIQUES ENERGETIC FACTS		
kcal	345	124
kJ	1462	526
VALEURS NUTRITIONNELLES NUTRITIONAL FACTS		
Protides / Protein (g)	50	18
Glucides assimilables / Assimilated Carbohydrates (g)	16,7	6
dont sucres / which sugars (g)	2,5	0,9
Lipides / Fat (g)	4,2	1,5
dont acides gras saturés / which saturated fat (g)	0,6	0,2
Fibres / Fiber (g)	10,3	3,7
sodium (g) :	0.570 (0.110 *)	0.205
potassium (mg) :	350 (80 *)	126
calcium (mg) :	330	120 (15%)**

(*) teneurs maximales pour 100 g de produit prêt à être consommé

(*) maximal contents for 100 g of product ready to use

(**) en % des Apports journaliers recommandés / in % of Recommended Daily Intakes

INGREDIENTS : protéines laitières, flocons d'avoine (22%), son d'avoine, isolat de protéine de pois, arômes, inuline, son de maïs, fibre d'avoine, sel, édulcorant : sucralose. **ALLERGENES** : lait, soja, gluten. **Fabriqué sur des équipements où sont également utilisés : œuf, céleri, sulfites.**

INGREDIENTS : milk protein, rolled oats (22%), oat bran, pea protein isolate, flavours, chicory extract, bran fiber, oat fiber, salt, sweetener : sucralose. **ALLERGENS** : Milk, Soy, Gluten. **Manufactured on equipment that processes egg, celery, sulfites.**

Mode préparatoire

- 1 – Vider le contenu du sachet dans 160 à 170 ml d'eau bouillante (pour cuisson au micro-ondes : vider le contenu d'un sachet dans un bol sécuritaire et mélanger avec 160 à 170 ml d'eau froide)
- 2 – Cuire à feu doux durant 2 minutes en remuant de temps en temps (pour cuisson au micro-ondes : cuire à puissance moyenne pendant 1 minute. Remuer et continuer à cuire pendant 30 secondes à 1 minute)
- 3 – Sortir du four et laisser reposer 2 à 3 minutes
- 4 – Consommer dans un bref délai

Mixing directions

- 1 – Empty one packet into 160 to 170 ml of boiling water (for micro-wave : empty one packet into a microwave safe dish and stir in 160 to 170 ml of cold water)
- 2 – Simmer for 2 minutes stirring occasionally (for micro-wave : cook at medium heat for 1 minute. Stir and continue cooking 30 seconds to 1 minute)
- 3 – Remove from heat and let stand 2 to 3 minutes
- 4 – Eat in a short period of time

The information is offered in good faith but without guarantee
Renseignements communiqué de bonne foi mais sans garantie