



Nährwertangaben

Pro 100g

Pro Portion

„verzehrfertig“

davon Zucker

27g

21g

Complete VANILLA

28g

21g

Complete CHOCOLATE



Tipp: Verwenden Sie pflanzliche Drinks wie z.B. Soja,- Mandel,- Kokos,- Hafer,- Reis,- Cashew,- Haselnuss,- Hanf-Drink.

Ohne LACTOSE so verringert sich der Lactose-Zuckeranteil

32,0g Vanille Pulver bzw.

32,5g Schoko Pulver enthalten 8,7g Zucker + 250 ml Magermilch 1% = 12,3 Zucker (Lactose) = 21g

Inhalt des Messlöffels in 250ml Magermilch bzw. pflanzlichen Drinks mit einer Gabel oder einem Schneebesen verrühren oder im Shaker zubereiten. Der Shake kann auch mit einem Milchschaumer/Mixstab gequirlt werden.

Vor dem Verzehr ca. 1 Minute ziehen lassen.

Bei Zugabe von 2-3 Eiswürfeln schmeckt JuicePLUS+® Complete noch cremiger.

Grundsätzlich gilt: Diabetiker dürfen nach den modernen Ernährungsempfehlungen „Alles“ essen.
Sie müssen diese lediglich in ihrer Nährwertberechnung, z.B. für die Bestimmung der Insulinmengen berücksichtigen.

1 Portion JuicePLUS+[®] Complete Chocolate Shake liefert 21g Kohlenhydrate (= 1,8 Broteinheiten)

1 Portion JuicePLUS+[®] Complete Mixed Fruit Bar liefert 16 g Kohlenhydrate (= 1,3 Broteinheiten)

1 Portion JuicePLUS+[®] Complete Chocolate Bar liefert 19 g Kohlenhydrate (= 1,6 Broteinheiten)

1 Portion JuicePLUS+[®] Vegetable Soup liefert 21 g Kohlenhydrate (= 1,8 Broteinheiten)

1 JuicePLUS+[®] Booster Shot liefert 4,5 g Kohlenhydrate (= 0,37 Broteinheiten)



JuicePLUS+[®] COMPLETE hat sowohl einen niedrigen glykämischen Index als auch eine niedrige glykämische Last

Dadurch sind die Produkte bestens für Diabetiker geeignet.

Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung, Pulver zur Herstellung eines süßen Vanilleshakes mit Zuckern und Süßungsmitteln.

Zutaten: Sojalecithin, Zucker (aus Zuckerrüben), Fructooligosaccharide, Emulgator (Sojalecithin), Verdickungsmittel (Gummi arabicum), Fruktose und Dextrose (aus Trauben), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Aromen, Acerolakirschlorpulver, Granatapfelpulver, Kürbispulver, Amaranth, Hirse, Quinoa, Brokkolisprossen, Alfalfasprossen, Rettichsprossen, Reiskleie, Apfelpulver, Spirulina, Kichererbsenpulver, Reiseiweiß, Erbseneiweißisolat, Erbseneiweiß, Vanilleschotenpulver (0,01%), Zitrusfaser, Sonnenblumenöl, Vitamin A, Vitamin D, Vitamin E, Niacin, Thiamin, Riboflavin, Vitamin B₆, Folsäure, Biotin, Pantothensäure, Vitamin K, Kalium, Eisen, Zink, Iod, Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen, Trennmittel (Siliciumdioxid), Salz, Süßungsmittel (Steviol-Glykoside), Verdickungsmittel (Xanthan).

Glutenfrei

Inhalt einer Box: 6x 480g Beutel (15x 32g Portionen pro Beutel)

Verzehrempfehlung: Ersetzen Sie max. 2 Mahlzeiten pro Tag durch je 1 Portion Complete.

Zubereitung: Inhalt des Messlöffels (32g Pulver) in 250ml Magermilch (0,1% Fett) mit einer Gabel oder einem Schneebesen verrühren oder im Shaker zubereiten. Der Shake kann auch mit einem Milchschaumer/Mixstab gequirlt werden. Vor dem Verzehr ca. 1 Minute ziehen lassen. Bei Zugabe von 2-3 Eiswürfeln schmeckt Complete noch cremiger! Diese Anweisung bitte unbedingt einhalten.

Hinweise: Complete liefert alle für eine komplette Mahlzeit notwendigen Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette in den richtigen Proportionen, dazu noch Ballaststoffe und eine Fülle von Mikronährstoffen wie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Das pflanzliche Eiweiß ist von hoher biologischer Wertigkeit.

Complete sollte im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet werden; andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Während der Einnahme sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme geachtet werden. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Hergestellt in der Schweiz, Vertrieb:

The Juice Plus+® Company Europe GmbH, CH-4051 Basel, Schweiz
 The Juice Plus+® Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Deutschland

Nährwertangaben	Pro 100g	Pro Portion verzehrfertig ^a	% NRV/ETD ^b
Brennwert	1469 kJ 350 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fett	7,3 g	2,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	1,8 g	0,7 g	
davon einfach ungesättigte Fettsäuren	1,1 g	0,4 g	
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	4,0 g	1,3 g	
Kohlenhydrate	31 g	22 g	
davon Zucker	27 g	21 g	
Ballaststoffe	16 g	5,0 g	
Eiweiß	32 g	19 g	
Salz	0,82 g	0,61 g	
Vitamin A	731 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,7 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	13 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	70 µg	23 µg	31
Vitamin C	75 mg	24 mg	30
Thiamin	0,94 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	16 mg	5,4 mg	34
Vitamin B ₆	1,4 mg	0,58 mg	41
Folsäure	303 µg	110 µg	55
Vitamin B ₁₂	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	35 µg	15 µg	30
Pantothensäure	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	500 mg	550 mg	28
Calcium	110 mg	320 mg	40
Phosphor	274 mg	340 mg	49
Magnesium	238 mg	113 mg	30
Eisen	15 mg	5,2 mg	37
Zink	6,1 mg	3,0 mg	30
Kupfer	1,0 mg	0,33 mg	33
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	39 µg	17 µg	31
Jod	122 µg	48,0 µg	32

^a Zubereitung aus 32g Pulver mit 250ml Magermilch (0,1% Fett)

^b Prozent der Nährstoffbezugswerte für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen (Erwachsene)

**Mahlzeit für eine gewichtskontrollierende Ernährung,
Pulver zur Herstellung eines süßen Schokoshakes mit Zuckern und
Süßungsmittel.**

Zutaten: Sojaweißeisolat, Zucker (aus Zuckerrüben), Fructooligosaccharide, Emulgator (Sojalecithin), Kakaopulver (fettarm) (8%), Verdickungsmittel (Gummi arabicum), Aromen, Fruktose und Dextrose (aus Trauben), Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Acerolakirschlorpulver, Granatapfelpulver, Kürbispulver, Amaranth, Hirse, Quinoa, Brokkolisprossen, Alfalfasprossen, Rettichsprossen, Reiskleie, Apfelpulver, Spirulina, Kichererbsenpulver, Reiseiweiß, Erbseneiweißisolat, Erbseneiweiß, Zitrusfaser, Sonnenblumenöl, Vitamin A, Vitamin D, Vitamin E, Niacin, Thiamin, Riboflavin, Vitamin B₆, Folsäure, Biotin, Pantothenensäure, Vitamin K, Eisen, Zink, Iod, Kupfer, Magnesium, Mangan, Selen, Trennmittel (Siliciumdioxid), Salz, Süßungsmittel (Steviol-Glykoside), Verdickungsmittel (Xanthan).

Glutenfrei

Inhalt einer Box: 6x 488 g Beutel (15x 32,5 g Portionen pro Beutel)

Verzehrempfehlung: Ersetzen Sie max. 2 Mahlzeiten pro Tag durch je 1 Portion Complete.

Zubereitung: Inhalt des Messlöffels (32,5 g Pulver) in 250 ml Magermilch (0,1% Fett) mit einer Gabel oder einem Schneebesen verrühren oder im Shaker zubereiten. Der Shake kann auch mit einem Milchschaumer/Mixstab gequirlt werden. Vor dem Verzehr ca. 1 Minute ziehen lassen. Bei Zugabe von 2-3 Eiswürfeln schmeckt Complete noch cremiger! Diese Anweisungen bitte unbedingt einhalten.

Hinweise: Complete liefert alle für eine komplette Mahlzeit notwendigen Nährstoffe wie Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette in den richtigen Proportionen, dazu noch Ballaststoffe und eine Fülle von Mikronährstoffen wie Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente. Das pflanzliche Eiweiß ist von hoher biologischer Wertigkeit.

Complete sollte im Rahmen einer kalorienarmen Ernährung verwendet werden; andere Lebensmittel müssen Teil dieser Ernährung sein. Während der Einnahme sollte auf eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme geachtet werden. Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Hergestellt in der Schweiz, Vertrieb:

The Juice Plus[®] Company Europe GmbH, CH-4051 Basel, Schweiz
The Juice Plus[®] Company GmbH, D-79576 Weil a. Rhein, Deutschland

Nährwertangaben	Pro 100 g	Pro Portion verzehrfertig ^a	% NRV/ ^b ETD
Brennwert	1486 kJ 354 kcal	881 kJ 209 kcal	
Fett	7,3 g	2,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	1,8 g	0,7 g	
davon einfach gesättigte Fettsäuren	1,1 g	0,4 g	
davon mehrfach gesättigte Fettsäuren	4,0 g	1,3 g	
Kohlenhydrate	30 g	23 g	
davon Zucker	28 g	21 g	
Ballaststoffe	16 g	5,0 g	
Eiweiss	34 g	20 g	
Salz	0,78 g	0,60 g	
Vitamin A	719 µg	240 µg	30
Vitamin D	4,6 µg	1,5 µg	30
Vitamin E	12 mg	4,0 mg	33
Vitamin K	69 µg	23 µg	31
Vitamin C	74 mg	24 mg	30
Thiamin	0,93 mg	0,40 mg	36
Riboflavin	1,1 mg	0,80 mg	57
Niacin	17 mg	5,6 mg	35
Vitamin B ₆	1,5 mg	0,60 mg	43
Folsäure	298 µg	110 µg	55
Vitamin B ₁₂	0,25 µg	0,78 µg	31
Biotin	34 µg	15 µg	30
Pantothenensäure	5,5 mg	2,5 mg	42
Kalium	646 mg	600 mg	30
Calcium	125 mg	320 mg	40
Phosphor	270 mg	340 mg	49
Magnesium	234 mg	113 mg	30
Eisen	18 mg	6,2 mg	44
Zink	6,6 mg	3,2 mg	32
Kupfer	1,4 mg	0,45 mg	45
Mangan	1,9 mg	0,60 mg	30
Selen	38 µg	17 µg	31
Jod	111 µg	45,0 µg	30

^a Zubereitung aus 32,5 g Pulver mit 250 ml Magermilch (0,1 % Fett)

^b Prozent der Nährstoffbezugswerte für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen (Erwachsene)