

# Dutch Chocolate

**DIRECTIONS:** For a rich, creamy shake, combine 3 scoops with 290–340 mL of cold water to taste. Thoroughly mix in a blender or BlenderBottle® for 45 seconds. It's perfect for replacing one or more meals a day!

**Mode d'emploi :** Pour une boisson fouettée riche et crémeuse, bien battre pendant 45 secondes au mélangeur ou au flacon mélangeur 3 mesures dans 290 à 340 mL d'eau froide, au goût. Idéal en remplacement d'un ou plusieurs repas.

## NUTRITION FACTS / VALEUR NUTRITIVE

Per 59 g (3 scoops) / par 59 g (3 mesures)

Amount / Teneur	% Daily Value / % Valeur quotidienne
<b>Calories</b> 240 (1000 kJ)	
<b>Fat / Lipides</b> 6 g	<b>9 %</b>
Saturated / saturés 1 g	<b>5 %</b>
+ Trans / trans 0 g	
Polyunsaturated / polyinsaturés 1 g	
Omega-6 / oméga-6 0.9 g	
Omega-3 / oméga-3 0.1 g	
Monounsaturated / monoinsaturés 4 g	
<b>Cholesterol / Cholestérol</b> 0 mg	<b>0 %</b>
<b>Sodium</b> 400 mg	<b>17 %</b>
<b>Potassium</b> 550 mg	<b>16 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 32 g	<b>11 %</b>
Dietary Fibre / fibres 2 g	<b>8 %</b>
Sugars / sucres 18 g	
<b>Protein / Protéines</b> 15 g	
Vitamin A / Vitamine A	35 %
Vitamin C / Vitamine C	30 %
Calcium	30 %
Iron / Fer	30 %
Vitamin D / Vitamine D	45 %
Vitamin E / Vitamine E	50 %
Thiamine	30 %
Riboflavin / Riboflavine	30 %
Niacin / Niacine	40 %
Vitamin B6 / Vitamine B6	25 %
Folate	40 %
Vitamin B12 / Vitamine B12	20 %
Biotin / Biotine	100 %
Pantothenate / Pantothénate	20 %
Phosphorus / Phosphore	35 %
Iodide / Iodure	35 %
Magnesium / Magnésium	30 %
Zinc	60 %
Selenium / Sélénium	35 %
Copper / Cuivre	40 %
Manganese / Manganèse	60 %
Chromium / Chrome	15 %
Molybdenum / Molybdène	50 %