



Product	Calorieën	Koolhydraten / waarvan suikers	Proteïne	Vezels	Vitaminen & Mineralen	Eiwitbron
F1 Banaan (+ melk)	222 kcal	20 g / 20g*	18 g	4 g	25	Soja
H24 Rebuild Strength	190 kcal	18 g / 17 g	25 g	0,75 g	9	Melk
Tri Blend Select	151 kcal	9 g / 5 g	20 g	6 g	8	Lijnzaad, quinoa, erwit en rijst
PRO 20 Select	146 kcal	11 g / 6 g	20 g	6 g	25	Soja
PDM	108 kcal	7 g / 0,3 g	15 g	0,4 g	22	Melk en soja
HP Iced Coffee LM	80 kcal	3 g / 0,7 g	15 g	0,5 g	0	Melk

***12.5-13g van suiker komt van de 250ml halfvolle melk –
Alle waarden zijn per portie, zoals beschreven op het etiket**



- Minder calorieën en koolhydraten dan F1 maaltijdvervanger
- MEER proteïne, vezels en vitamines & mineralen dan andere tussendoortjes

Conclusie: als een proteïneshake voor actieve vegetariërs.
Bijvoorbeeld als:

- pre-workout shake
- als alternatieve herstelshake voor H24 Rebuild Strength
- als 11-uurtje of middagsnack

