US-CA Pumpkin Spice

DIRECTIONS: For a rich, creamy shake, combine 3 level scoops with 10–12 ounces (290–340 mL) of cold water to taste. Thoroughly mix in a blender or BlenderBottle® for 45 seconds.

MODE D'EMPLOI : Pour une boisson fouettée riche et crémeuse, bien battre pendant 45 secondes au mélangeur ou au flacon mélangeur BlenderBottle[MD] 3 mesures dans 10 à 12 onces (290 à 340 mL) d'eau froide, au goût.

Nutrition Facts / Valeur nutritive

9 Servings per container / 9 portions par contenant

Serving Size: / Portion : **3 level scoops (60 g) / 3 mesures (60 g)**

Amount Per Serving / Teneur par portion

Calories **230**

	US % DV*	CA % DV/VQ
Fat / Lipides 6g	**8%**	**9%**
Saturated / saturés 1 g + Trans / trans 0 g	**5%**	**5%**
Polyunsaturated / polyinsaturés 0.7 g		
Omega-6 / oméga-6 0.43 g		
Omega-3 / oméga-3 0.02 g		
Monounsaturated / monoinsaturés 4.5 g		
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	**0%**	**0%**
Sodium 200 mg	**9%**	**8%**
Total Carbohydrate / Glucides totaux 30 mg	**11%**	**10%**
Dietary Fiber / fibres alimentaires 7g	**25%**	**28%**
Total Sugar / sucres totaux 18 g		
Includes 17 g Added Sugars / comprend 17 g de sucres ajoutés	**36%**	
Protein / Protéines 18 g		

	*US % DV	*CA % DV/VQ
Vitamin D / Vitamine D 3 µg	15%	60%
Calcium / Calcium 330 mg	25%	30%
Iron / Fer 6.5 mg	36%	46%
Potassium 600 mg	13%	17%
Vitamin A / Vitamine A 200 µg RAE	24%	22%
Vitamin C / Vitamine C 12 mg	13%	20%
Vitamin E / Vitamine E 3 mg	20%	30%
Thiamin / Thiamine 0.3 mg	27%	25%
Riboflavin / Riboflavine 0.51 mg	39%	32%
Niacin / Niacine 2.9 mg	18%	13%
Vitamin B6 / Vitamine B6 0.48 mg	28%	27%
Folate / Folate 60 µg	15%	27%
Vitamin B12 / Vitamine B12 0.62 µg	26%	31%
Phosphorus / Phosphore 250 mg	20%	23%
Iodine / Iodure 43 µg	29%	27%
Magnesium / Magnésium 80 mg	19%	32%
Zinc 3.5 mg	32%	39%
Copper / Cuivre 0.02 mg	2%	1%
Manganese / Manganèse 0.075 mg	3%	4%

*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice. / * Le pourcentage de la valeur quotidienne (VQ) d'un nutriment dans une portion est calculé en fonction d'un régime alimentaire quotidien comptant généralement 2 000 calories.

241.010100 BG.0001626