

Queal Steady Standard

5.0 Recipe.

For more detailed product information and the back-labels, scroll down.

Steady is a **ready-made powdered shake mix**, to be prepared with water.

Standard is our **standard mix for a nutritionally complete meal**, it has a **ratio of macronutrients as recommended by the EFSA** and **contains all 27 essential vitamins and minerals**.

5 scoops (176 grams, 1/3rd of a bag) of Steady Standard + 350 milliliters of water = a complete meal of 700 kcal.



Steady Standard in comparison to Steady Athletic and Vegan

Steady **Standard** per meal – 5 scoops – most popular option – 700 kcal

47% Carbs
80,4 grams

32% Fats
24,3 grams, of which 3 grams saturated

21% Proteins
35,2 grams

Steady **Athletic** per meal – 5,5 scoops – extra proteins – 767 kcal

40% Carbs
75,2 grams

33% Fats
27,2 grams, of which 3,7 grams saturated

27% Proteins
49,8 grams

Steady **Vegan** per meal – 5 scoops – plant-based option – 700 kcal

48% Carbs
81,2 grams

34% Fats
25,6 grams, of which 2,8 grams saturated

18% Proteins
30,9 grams

QUEAL

Awesome Apple Pie Flavour Appeltaart Smaak

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin- and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, cinnamon, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

STEADY 5.0

Standard 502 g

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

Een zak bevat 3 porties.

Ingrediënten:

Volkoren **haver**meel (**gluten**), **wei**-eiwit (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **soja**bloem, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, kaneel, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ 418 kcal	2942 kJ 700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins
and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor
vitaminen en mineralen

QUEAL

Banana Mania Flavour Bananen Smaak

STEADY 5.0

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Cool Chocolate Flavour
Chocolade Smaak

STEADY 5.0

Standard
502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, cacao, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

Een zak bevat 3 porties.

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, cacao, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

STEADY 5.0

Chocolate Hazelnut Happiness Flavour Chocolade Hazelnoot Smaak

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, cacao, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

Een zak bevat 3 porties.

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, cacao, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Funky Forest Fruit Flavour Bosvruchten Smaak

STEADY 5.0

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffsfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Morning Macchiato Flavour Macchiato Smaak

STEADY 5.0

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, caffeine, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, cafeïne, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Contains 87,5mg caffeine per serving.

Bevat 87,5mg cafeïne per portie.

High caffeine content. Not recommended for children or pregnant or breast-feeding women (17mg caffeine per 100ml of prepared product).

Hoog cafeïnegehalte. Niet aanbevolen voor kinderen en vrouwen die zwanger zijn of borstvoeding geven (17mg cafeïne per 100ml bereid product).

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

*% of the daily reference intake for vitamins and minerals

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Smooth Vanilla Flavour Vanille Smaak

STEADY 5.0

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Super Strawberry Flavour Aardbei Smaak

STEADY 5.0

Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffosfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Cookies & Cream Flavour Koekjes en Room Smaak

STEADY 5.0

Standard
502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Een zak bevat 3 porties.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, cacao, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffsfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, cacao, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

QUEAL

Almond Coconut Cluster Flavour Amandel Kokosnoot Smaak

STEADY 5.0 Standard 502 g

Ready-made powdered shake mix to be prepared with water, with natural aroma, sweetener and added vitamins and minerals.

Instructions for use:

Mix 167g Queal Steady (5 scoops) with 350ml water.

One bag contains 3 servings.

Ingredients:

Whole grain **oat** flour (**gluten**), **whey** protein (**milk**), isomaltulose, maltodextrin, **soy** flour, vegetable oil (sunflower- & linseed), vitamin and mineral mix (potassium dihydrogen phosphate, sodium chloride, choline bitartrate, calcium carbonate, vitamin C, vitamin E, chromium chloride, potassium iodide, ferric pyrophosphate, vitamin B3, sodium selenite, vitamin A, D-biotin, vitamin B5, sodium molybdate, magnesium oxide, vitamin B12, zinc oxide, vitamin D2, copper sulphate monohydrate, vitamin B6, vitamin K1, vitamin B9, vitamin B2), natural flavouring, glucose syrup, emulsifier: sunflower lecithine, raising agent: sodium bicarbonate, thickener: xanthan gum & modified starch, anti-caking agent: silicon dioxide, antioxidant: rosemary extract, sweetener: sucralose

Best before: see backside. Could contain traces of egg. Store in a cool, dry place, out of direct sunlight.

Kant en klare shake-mix in poedervorm ter bereiding met water, met natuurlijk aroma, zoetstof en toegevoegde vitaminen en mineralen.

Gebruiksaanwijzing:

Meng 167g Queal Steady (5 schepjes) met 350ml water.

Een zak bevat 3 porties.

Ingrediënten:

Volkoren **havermeel** (**gluten**), **wei-eiwit** (**melk**), isomaltulose, maltodextrine, **sojabloem**, plantaardige olie (zonnebloem & lijnzaad), vitamine en mineralenmix (kaliumdiwaterstoffsfaat, natriumchloride, cholinebitartraat, calciumcarbonaat, vitamine C, vitamine E, chroomchloride, kaliumjodide, ijzerpyrofosfaat, vitamine B3, natriumseleniet, vitamine A, D-biotine, vitamine B5, natriummolybdaat, magnesiumoxide, vitamine B12, zinkoxide, vitamine D2, kopersulfaatmonohydraat, vitamine B6, vitamine K1, vitamine B9, vitamine B2), natuurlijk smaakaroma, glucosestroop, emulgator: zonnebloem lecithine, rijsmiddel: natriumbicarbonaat, verdikkingsmiddel: xanthaangom & gemodificeerd zetmeel, antiklontermiddel: siliciumdioxide, antioxidant: rozemarijnextract, zoetstof: sucralose

Ten minste houdbaar tot: zie achterkant. Kan sporen bevatten van ei. Bewaar in een koele, donkere en droge omgeving.



Average nutritional value per

Gemiddelde voedingswaarde per

	100g	167g
Energy Energie	1757 kJ	2942 kJ
	418 kcal	700 kcal
Fat Vetten	14,5 g	24,3 g
Of which saturated Waarvan verzadigd	1,8 g	3 g
Carbohydrates Koolhydraten	48 g	80,4 g
Of which sugars Waarvan suikers	15,1 g	25,3 g
Protein Eiwitten	21 g	35,2 g
Fibre Vezels	7 g	11,7 g
Salt Zout	0,7 g	1,2 g

Vitamins & Minerals per

Vitaminen & Mineralen per

	100g	%NRV*	167g	%NRV*
Vitamine A	149 µg	20%	250 µg	33%
Vitamine D	3 µg	20%	5 µg	33%
Vitamine E	2,6 mg	20%	4,35 mg	33%
Vitamine K	14,2 µg	20%	23,8 µg	34%
Vitamine C	21,9 mg	20%	36,7 mg	33%
Thiamine	0,27 mg	23%	0,46 mg	38%
Riboflavine	0,38 mg	24%	0,64 mg	40%
Niacine	3,19 mg	20%	5,35 mg	33%
Vitamine B6	0,34 mg	20%	0,57 mg	33%
Folic acid Foliumzuur	50 µg	20%	84 µg	34%
Vitamine B12	0,8 µg	20%	1,33 µg	33%
Biotine	8 µg	20%	13,3 µg	33%
Vitamine B5	1 mg	20%	1,67 mg	33%
Potassium Kalium	0,79 g	23%	1,32 g	38%
Chloride	0,47 g	21%	0,79 g	34%
Calcium	0,27 g	36%	0,45 g	59%
Phosphorus Fosfor	243 mg	44%	408 mg	74%
Magnesium	85 mg	24%	143 mg	41%
Iron Ijzer	2,21 mg	20%	3,71 mg	34%
Zinc Zink	3,27 mg	20%	5,47 mg	34%
Copper Koper	0,32 mg	20%	0,54 mg	34%
Manganese Mangaan	1,6 mg	53%	2,69 mg	90%
Selenium	14 µg	20%	23,4 µg	33%
Molybdenum Molybdeen	13 µg	20%	22 µg	34%
Iodine Jodium	30 µg	20%	50 µg	33%
Choline	80 mg	20%	134 mg	33%

Produced for

Geproduceerd voor

Queal B.V.
Stationsplein 45
3013 AK Rotterdam
The Netherlands

***% of the daily reference intake for vitamins and minerals**

*% van de dagelijkse referentie-inname voor vitaminen en mineralen

FOR MORE INFORMATION

[QUEAL.COM/RECIPE](https://queal.com/recipe)

