

## 3Caf-Four Berry Smoothie-12oz

Number of Servings: 1 (141.75 g per serving)

Weight: 141.75 g

<b>Nutrition Facts</b>	
<b>Valeur nutritive</b>	
Serving Size (142 g)	
Portion (142 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount	% Daily Value*
Teneur	% valeur quotidienne*
<b>Calories / Calories 200</b>	
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	
<b>Sodium / Sodium 15 mg</b>	<b>1 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 48 g</b>	<b>16 %</b>
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 44 g	
<b>Protein / Protéines 2 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	15 %
Calcium / Calcium	2 %
Iron / Fer	8 %
*Based on a 2,000 calorie diet.	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65 g 80 g
Saturated + Trans	Less than 20 g 25 g
Cholesterol	Less than 300 mg 300 mg
Sodium	Less than 2,400 mg 2,400 mg
Total Carbohydrate	300 g 375 g
Dietary Fibre	25 g 30 g
Calories per gram:	
Fat 9	Carbohydrate 4 Protein 4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.	
	Calories: 2 000 2 500
Lipides	moins de 65 g 80 g
saturés + trans	moins de 20 g 25 g
Cholestérol	moins de 300 mg 300 mg
Sodium	moins de 2 400 mg 2 400 mg
Glucides	300 g 375 g
Fibres alimentaires	25 g 30 g
Calories per gramme :	
Lipides 9	Glucides 4 Protéines 4

### Ingredients:

FOUR BERRY BLEND (FRUIT (RASBERRY PUREE, STRAWBERRY PUREE, BLACKBERRY PUREE, BLUEBERRY PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM).

QUATRE MELANGE DE BAIE (LE FRUIT (PUREE DE FRAMBOISE, PUREE DE FRAISE, PUREE AUX MURES, PUREE DE MYRTILLE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR).

### 3Caf-Four Berry Smoothie-16oz

Number of Servings: 1 (184.27 g per serving)

Weight: 184.27 g

Nutrition Facts	
Valeur nutritive	
Serving Size (184 g)	
Portion (184 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount	% Daily Value*
Teneur	% valeur quotidienne*
<b>Calories / Calories 260</b>	
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	
<b>Sodium / Sodium 20 mg</b>	<b>1 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 63 g</b>	<b>21 %</b>
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 57 g	
<b>Protein / Protéines 2 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	20 %
Calcium / Calcium	4 %
Iron / Fer	10 %
*Based on a 2,000 calorie diet.	
Calories: 2,000 2,500	
Total Fat	Less than 65 g 80 g
Saturated + Trans	Less than 20 g 25 g
Cholesterol	Less than 300 mg 300 mg
Sodium	Less than 2,400 mg 2,400 mg
Total Carbohydrate	300 g 375 g
Dietary Fibre	25 g 30 g
Calories per gram:	
Fat 9	Carbohydrate 4 Protein 4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.	
Calories: 2 000 2 500	
Lipides	moins de 65 g 80 g
saturés + trans	moins de 20 g 25 g
Cholestérol	moins de 300 mg 300 mg
Sodium	moins de 2 400 mg 2 400 mg
Glucides	300 g 375 g
Fibres alimentaires	25 g 30 g
Calories per gramme :	
Lipides 9	Glucides 4 Protéines 4

#### Ingredients:

FOUR BERRY BLEND (FRUIT (RASBERRY PUREE, STRAWBERRY PUREE, BLACKBERRY PUREE, BLUEBERRY PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM).

QUATRE MELANGE DE BAIE (LE FRUIT (PUREE DE FRAMBOISE, PUREE DE FRAISE, PUREE AUX MURES, PUREE DE MYRTILLE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR).

### 3Caf-Four Berry Smoothie-24oz

Number of Servings: 1 (255.15 g per serving)

Weight: 255.15 g

Nutrition Facts		Valeur nutritive	
Serving Size (255 g)			
Portion (255 g)			
Servings Per Container			
Portions par contenant			
Amount	% Daily Value*		
Teneur	% valeur quotidienne*		
<b>Calories / Calories 360</b>			
<b>Fat / Lipides</b> 0 g	<b>0 %</b>		
Saturated / saturés 0 g	0 %		
+ Trans / trans 0 g	0 %		
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>			
<b>Sodium / Sodium</b> 30 mg	<b>1 %</b>		
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 87 g	<b>29 %</b>		
Fibre / Fibres 3 g	12 %		
Sugars / Sucres 79 g			
<b>Protein / Protéines 3 g</b>			
Vitamin A / Vitamine A	0 %		
Vitamin C / Vitamine C	30 %		
Calcium / Calcium	6 %		
Iron / Fer	15 %		
*Based on a 2,000 calorie diet.			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65 g	80 g
Saturated + Trans	Less than	20 g	25 g
Cholesterol	Less than	300 mg	300 mg
Sodium	Less than	2,400 mg	2,400 mg
Total Carbohydrate		300 g	375 g
Dietary Fibre		25 g	30 g
Calories per gram:			
Fat 9	Carbohydrate 4	Protein 4	
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.			
	Calories:	2 000	2 500
Lipides	moins de	65 g	80 g
saturés + trans	moins de	20 g	25 g
Cholestérol	moins de	300 mg	300 mg
Sodium	moins de	2 400 mg	2 400 mg
Glucides		300 g	375 g
Fibres alimentaires		25 g	30 g
Calories per gramme :			
Lipides 9	Glucides 4	Protéines 4	

**Ingredients:**

FOUR BERRY BLEND (FRUIT (RASBERRY PUREE, STRAWBERRY PUREE, BLACKBERRY PUREE, BLUEBERRY PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM).

QUATRE MELANGE DE BAIE (LE FRUIT (PUREE DE FRAMBOISE, PUREE DE FRAISE, PUREE AUX MURES, PUREE DE MYRTILLE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR).

### 3Caf-Strawberry Banana Smoothie-12oz

Number of Servings: 1 (141.75 g per serving)

Weight: 141.75 g

Nutrition Facts	
Valeur nutritive	
Serving Size (142 g)	
Portion (142 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount	% Daily Value*
Teneur	% valeur quotidienne*
<b>Calories / Calories 200</b>	
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	
<b>Sodium / Sodium 15 mg</b>	<b>1 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 50 g</b>	<b>17 %</b>
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 47 g	
<b>Protein / Protéines 1 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	45 %
Calcium / Calcium	2 %
Iron / Fer	2 %
*Based on a 2,000 calorie diet.	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65 g 80 g
Saturated + Trans	Less than 20 g 25 g
Cholesterol	Less than 300 mg 300 mg
Sodium	Less than 2,400 mg 2,400 mg
Total Carbohydrate	300 g 375 g
Dietary Fibre	25 g 30 g
Calories per gram:	
Fat 9	Carbohydrate 4 Protein 4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.	
	Calories: 2 000 2 500
Lipides	moins de 65 g 80 g
saturés + trans	moins de 20 g 25 g
Cholestérol	moins de 300 mg 300 mg
Sodium	moins de 2 400 mg 2 400 mg
Glucides	300 g 375 g
Fibres alimentaires	25 g 30 g
Calories per gramme :	
Lipides 9	Glucides 4 Protéines 4

#### Ingredients:

STRAWBERRY BANANA SMOOTHIE (FRUIT (STRAWBERRY PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM, FRUIT AND VEGETABLE JUICE FOR COLOUR).

SMOOTHIE DE BANANE DE FRAISE (LE FRUIT (LA PUREE DE FRAISE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR, LE JUS DE FRUIT ET LEGUME POUR LA COULEUR).

### 3Caf-Strawberry Banana Smoothie-16oz

Number of Servings: 1 (184.27 g per serving)

Weight: 184.27 g

Nutrition Facts	
Valeur nutritive	
Serving Size (184 g)	
Portion (184 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount	% Daily Value*
Teneur	% valeur quotidienne*
<b>Calories / Calories 260</b>	
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	
<b>Sodium / Sodium 20 mg</b>	<b>1 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 65 g</b>	<b>22 %</b>
Fibre / Fibres 2 g	8 %
Sugars / Sucres 61 g	
<b>Protein / Protéines 1 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	60 %
Calcium / Calcium	4 %
Iron / Fer	2 %
*Based on a 2,000 calorie diet.	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65 g 80 g
Saturated + Trans	Less than 20 g 25 g
Cholesterol	Less than 300 mg 300 mg
Sodium	Less than 2,400 mg 2,400 mg
Total Carbohydrate	300 g 375 g
Dietary Fibre	25 g 30 g
Calories per gram:	
Fat 9	Carbohydrate 4 Protein 4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.	
	Calories: 2 000 2 500
Lipides	moins de 65 g 80 g
saturés + trans	moins de 20 g 25 g
Cholestérol	moins de 300 mg 300 mg
Sodium	moins de 2 400 mg 2 400 mg
Glucides	300 g 375 g
Fibres alimentaires	25 g 30 g
Calories per gramme :	
Lipides 9	Glucides 4 Protéines 4

#### Ingredients:

STRAWBERRY BANANA SMOOTHIE (FRUIT (STRAWBERRY PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM, FRUIT AND VEGETABLE JUICE FOR COLOUR).

SMOOTHIE DE BANANE DE FRAISE (LE FRUIT (LA PUREE DE FRAISE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR, LE JUS DE FRUIT ET LEGUME POUR LA COULEUR).

## 3Caf-Strawberry Banana Smoothie-24oz

Number of Servings: 1 (255.15 g per serving)

Weight: 255.15 g

Nutrition Facts	
Valeur nutritive	
Serving Size (255 g)	
Portion (255 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount	% Daily Value*
Teneur	% valeur quotidienne*
<b>Calories / Calories 360</b>	
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	
<b>Sodium / Sodium 30 mg</b>	<b>1 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 90 g</b>	<b>30 %</b>
Fibre / Fibres 3 g	12 %
Sugars / Sucres 84 g	
<b>Protein / Protéines 1 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	0 %
Vitamin C / Vitamine C	80 %
Calcium / Calcium	6 %
Iron / Fer	4 %
*Based on a 2,000 calorie diet.	
	Calories: 2,000 2,500
Total Fat	Less than 65 g 80 g
Saturated + Trans	Less than 20 g 25 g
Cholesterol	Less than 300 mg 300 mg
Sodium	Less than 2,400 mg 2,400 mg
Total Carbohydrate	300 g 375 g
Dietary Fibre	25 g 30 g
Calories per gram:	
Fat 9	Carbohydrate 4 Protein 4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.	
	Calories: 2 000 2 500
Lipides	moins de 65 g 80 g
saturés + trans	moins de 20 g 25 g
Cholestérol	moins de 300 mg 300 mg
Sodium	moins de 2 400 mg 2 400 mg
Glucides	300 g 375 g
Fibres alimentaires	25 g 30 g
Calories per gramme :	
Lipides 9	Glucides 4 Protéines 4

### Ingredients:

STRAWBERRY BANANA SMOOTHIE (FRUIT (STRAWBERRY PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS, LOCUST BEAN AND GUAR GUM, FRUIT AND VEGETABLE JUICE FOR COLOUR).

SMOOTHIE DE BANANE DE FRAISE (LE FRUIT (LA PUREE DE FRAISE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATUREL, L'HARICOT DE LOCUSTE ET LA GENCIVE DE GUAR, LE JUS DE FRUIT ET LEGUME POUR LA COULEUR).

### 3Caf-Tropical Mango Smoothie-12oz

Number of Servings: 1 (141.75 g per serving)

Weight: 141.75 g

Nutrition Facts		Valeur nutritive	
Serving Size (142 g)			
Portion (142 g)			
Servings Per Container			
Portions par contenant			
Amount	% Daily Value*		
Teneur	% valeur quotidienne*		
<b>Calories / Calories 200</b>			
<b>Fat / Lipides 0 g</b>	<b>0 %</b>		
Saturated / saturés 0 g	0 %		
+ Trans / trans 0 g	0 %		
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>			
<b>Sodium / Sodium 15 mg</b>	<b>1 %</b>		
<b>Carbohydrate / Glucides 50 g</b>	<b>17 %</b>		
Fibre / Fibres 2 g	8 %		
Sugars / Sucres 42 g			
<b>Protein / Protéines 2 g</b>			
Vitamin A / Vitamine A	-- %		
Vitamin C / Vitamine C	40 %		
Calcium / Calcium	2 %		
Iron / Fer	4 %		
*Based on a 2,000 calorie diet.			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65 g	80 g
Saturated + Trans	Less than	20 g	25 g
Cholesterol	Less than	300 mg	300 mg
Sodium	Less than	2,400 mg	2,400 mg
Total Carbohydrate		300 g	375 g
Dietary Fibre		25 g	30 g
Calories per gram:			
Fat 9	Carbohydrate 4	Protein 4	
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.			
	Calories:	2 000	2 500
Lipides	moins de	65 g	80 g
saturés + trans	moins de	20 g	25 g
Cholestérol	moins de	300 mg	300 mg
Sodium	moins de	2 400 mg	2 400 mg
Glucides		300 g	375 g
Fibres alimentaires		25 g	30 g
Calories per gramme :			
Lipides 9	Glucides 4	Protéines 4	

#### Ingredients:

MANGO TROPICS (FRUIT (MANGO PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, PINEAPPLE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS).

TROPIQUES DE MANGUE (LE FRUIT (LA PUREE DE MANGUE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS D'ANANAS, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATURELS).

### 3Caf-Tropical Mango Smoothie-16oz

Number of Servings: 1 (184.27 g per serving)

Weight: 184.27 g

Nutrition Facts		Valeur nutritive	
Serving Size (184 g)			
Portion (184 g)			
Servings Per Container			
Portions par contenant			
Amount	% Daily Value*		
Teneur	% valeur quotidienne*		
<b>Calories / Calories 260</b>			
<b>Fat / Lipides</b> 0 g	<b>0 %</b>		
Saturated / saturés 0 g	0 %		
+ Trans / trans 0 g	0 %		
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>			
<b>Sodium / Sodium</b> 20 mg	<b>1 %</b>		
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 65 g	<b>22 %</b>		
Fibre / Fibres 2 g	8 %		
Sugars / Sucres 55 g			
<b>Protein / Protéines 2 g</b>			
Vitamin A / Vitamine A	-- %		
Vitamin C / Vitamine C	50 %		
Calcium / Calcium	4 %		
Iron / Fer	6 %		
*Based on a 2,000 calorie diet.			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65 g	80 g
Saturated + Trans	Less than	20 g	25 g
Cholesterol	Less than	300 mg	300 mg
Sodium	Less than	2,400 mg	2,400 mg
Total Carbohydrate		300 g	375 g
Dietary Fibre		25 g	30 g
Calories per gram:			
Fat 9	Carbohydrate 4	Protein 4	
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.			
	Calories:	2 000	2 500
Lipides	moins de	65 g	80 g
saturés + trans	moins de	20 g	25 g
Cholestérol	moins de	300 mg	300 mg
Sodium	moins de	2 400 mg	2 400 mg
Glucides		300 g	375 g
Fibres alimentaires		25 g	30 g
Calories per gramme :			
Lipides 9	Glucides 4	Protéines 4	

#### Ingredients:

MANGO TROPICS (FRUIT (MANGO PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, PINEAPPLE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS).

TROPIQUES DE MANGUE (LE FRUIT (LA PUREE DE MANGUE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS D'ANANAS, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATURELS).



## 3Caf-Tropical Mango Smoothie-24oz

Number of Servings: 1 (255.15 g per serving)

Weight: 255.15 g

Nutrition Facts		Valeur nutritive	
Serving Size (255 g)			
Portion (255 g)			
Servings Per Container			
Portions par contenant			
Amount	% Daily Value*		
Teneur	% valeur quotidienne*		
<b>Calories / Calories 360</b>			
<b>Fat / Lipides</b> 0 g	<b>0 %</b>		
Saturated / saturés 0 g	0 %		
+ Trans / trans 0 g	0 %		
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>			
<b>Sodium / Sodium</b> 30 mg	<b>1 %</b>		
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 90 g	<b>30 %</b>		
Fibre / Fibres 3 g	12 %		
Sugars / Sucres 76 g			
<b>Protein / Protéines 3 g</b>			
Vitamin A / Vitamine A	-- %		
Vitamin C / Vitamine C	70 %		
Calcium / Calcium	6 %		
Iron / Fer	8 %		
*Based on a 2,000 calorie diet.			
	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65 g	80 g
Saturated + Trans	Less than	20 g	25 g
Cholesterol	Less than	300 mg	300 mg
Sodium	Less than	2,400 mg	2,400 mg
Total Carbohydrate		300 g	375 g
Dietary Fibre		25 g	30 g
Calories per gram:			
Fat	9	Carbohydrate	4
		Protein	4
*En fonction d'un régime alimentaire de 2 000 Calories.			
	Calories:	2 000	2 500
Lipides	moins de	65 g	80 g
saturés + trans	moins de	20 g	25 g
Cholestérol	moins de	300 mg	300 mg
Sodium	moins de	2 400 mg	2 400 mg
Glucides		300 g	375 g
Fibres alimentaires		25 g	30 g
Calories per gramme :			
Lipides	9	Glucides	4
		Protéines	4

### Ingredients:

MANGO TROPICS (FRUIT (MANGO PUREE, BANANA PUREE), WHITE GRAPE JUICE CONCENTRATE, PINEAPPLE JUICE CONCENTRATE, APPLE JUICE CONCENTRATE, NATURAL FLAVOURS).

TROPIQUES DE MANGUE (LE FRUIT (LA PUREE DE MANGUE, LA PUREE DE BANANE), LE CONCENTRE DE JUS DE RAISIN BLANC, LE CONCENTRE DE JUS D'ANANAS, LE CONCENTRE DE JUS DE POMME, LES PARFUMS NATURELS).