EIWEISS | NACH DEM TRAINING

# Whey Protein



## PREMIUM QUALITY PROTEIN FORMULA

Pulver aus Molkeneiweiß und Molkeneiweißisolat mit min. 75 % Eiweiß und Vitaminen zur Herstellung eines Shakes. Mit Süßungsmittel.

## ERDBEER

### ZUTATEN

Molkeneiweiß (68 %), Molkeneiweißisolat (26 %), Aroma, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Rote Bete Pulver (Rote-Bete Saftkonzentrat, Maltodextrin, Säureregulator Zitronensäure), mittelkettige Triglyceride (MCT-Öl), Magnesiumcarbonat, L-Ascorbinsäure, Süßungsmittel Sucralose, Farbstoff Beta-Carotin, Nicotinamid, DL-α-Tocopherolacetat, Calcium-D-Pantothenat, Pyridoxinhydrochlorid, Riboflavin, Thiaminmononitrat, Folsäure, Cyanocobalamin.

### ZUBEREITUNG

für 1 Portion 30 g Pulver (= 4 Esslöffel) mit 300 ml Wasser mischen.

### VERZEHREMPFEHLUNG

2 Portionen pro Tag.




### NÄHRWERTKENNZEICHNUNG

| | Pro 100 g Pulver | NRV* | Pro Portion (25 g in 250 ml Wasser)** | NRV* |
|---|---|---|---|---|
| **Energie** | 1484 kJ 350 kcal | | 445 kJ 105 kcal | |
| **Fett** | 2,2 g | | 0,66 g | |
| **davon gesättigte Fettsäuren** | 1,7 g | | 0,50 g | |
| **Kohlenhydrate** | 9,0 g | | 2,7 g | |
| **davon Zucker** | 6,0 g | | 1,8 g | |
| **Eiweiß** | 75 g | | 23 g | |
| **Salz** | 0,98 g | | 0,29 g | |
| **Calcium** | 350 mg | 31 % | | |
| **Magnesium** | 125 mg | 33 % | | |
| **Vitamin C** | 200 mg | 250 % | 60 mg | 75 % |
| **Niacin** | 60 mg | 375 % | 18 mg | 113 % |
| **Vitamin E** | 33 mg | 275 % | 10 mg | 83 % |
| **Panthothensäure** | 20 mg | 333 % | 6,0 mg | 100 % |
| **Vitamin B6** | 6,0 mg | 429 % | 1,8 mg | 129 % |
| **Riboflavin (Vitamin B2)** | 5,3 mg | 379 % | 1,6 mg | 114 % |
| **Thiamin (Vitamin B1)** | 3,3 mg | 300 % | 1,0 mg | 90 % |
| **Folsäure** | 500 µg | 250 % | 150 µg | 75 % |
| **Vitamin B12** | 3,3 µg | 132 % | 1,0 µg | 40 % |

### AMINOSÄURENPROFIL

| **pro 100 g** | Eiweiß | Pulver |
|---|---|---|
| **L-Leucin**[1)2)] | 11,8 g | 8,6 g |
| **L-Isoleucin**[1)2)] | 7,0 g | 5,1 g |
| **L-Phenylalanin**[1)] | 4,2 g | 3,1 g |
| **L-Lysin**[1)] | 9,6 g | 7,0 g |
| **L-Threonin**[1)] | 8,5 g | 6,2 g |
| **L-Valin**[1)2)] | 7,5 g | 5,5 g |
| **L-Methionin**[1)] | 2,4 g | 1,8 g |
| **L-Tryptophan**[1)] | 2,1 g | 1,5 g |
| **L-Cystein + L-Cystin** | 3,0 g | 2,2 g |
| **L-Serin** | 5,5 g | 4,0 g |
| **L-Arginin** | 3,3 g | 2,4 g |
| **Glycin** | 3,5 g | 2,6 g |
| **L-Prolin** | 4,4 g | 3,2 g |
| **L-Alanin** | 5,5 g | 4,0 g |
| **L-Asparaginsäure + L-Asparagin** | 11,0 g | 8,0 g |
| **L-Glutaminsäure + L-Glutamin** | 15,5 g | 11,3 g |
| **L-Histidin** | 2,4 g | 1,8 g |
| **L-Tyrosin** | 4,2 g | 3,1 g |

1) essentielle Aminosäuren
2) verzweigtkettige Aminosäuren

**Hergestellt in Deutschland.**

INKO Internationale Handelskontor GmbH Am Espan 1-3, D-91154 Roth
INKO Diätkost- und Sportartikel Handelsgesellschaft mbH, A-2344 Maria Enzersdorf
Soledor AG • CH-4416 Bubendorf