



NUTRITION

SUPPLEMENT



PROTEIN

50

PRODUKT-BESCHREIBUNG Multiproteinriegel basierend auf fünf Proteinkomponenten. Ersetzt dank seinem hohen Proteingehalt von 35 g pro Riegel einen Protein-Shake und ist daher als sinnvolle Proteinquelle für die Ausser-Haus-Verpflegung bestens geeignet. Enthält nur 4.2 g Fett pro Riegel.

VORTEILE

- sehr schmackhafter Choco-Riegel mit 50% Protein
- ohne Choco-Überzug
- Laktosearm

ANWENDUNG Geeignet zur Proteinversorgung in Phasen eines Proteinmehrabbedarfs oder bei einem Proteinmangel. Dank den schnell- als auch langsamverfügbaren Proteinquellen wird der Riegel idealerweise 1-2 Stunden vor einem intensiven Krafttraining oder direkt danach eingenommen. Geeignet auch als proteinreiche Spätmahlzeit.

ZUTATEN 5 Proteinkomponenten (Sojaprotein 19%, Weizenproteinhydrolysat 15%, Speisege-
latine 11%, Molkenproteinisolat 8%, Caseinat 5%), Feuchthaltemittel Glycerol,
Füllstoff Polydextrose, Palmfett, Kakao entfettet 3%, Kakaomasse, Aromen, Süß-
stoff Sucralose, Emulgator Sojalecithin, 9 Vitamine, Chromchlorid.

NÄHRWERTE

Nährwert**	per 100 g	Per Riegel 70 g
Energie kJ (kcal)	1310 (310)	920 (220)
Protein	50 g	35 g
Kohlenhydrate	20 g	14 g
davon		
- Zucker	0.7 g	0.5 g
- Polyole	17 g	12 g
Fett	6 g	4.2 g
davon		
- gesättigte Fettsäuren	3 g	2.1 g
Nahrungsfasern	5.6 g	4.0 g
Natrium	0.43 g	0.3 g

Vitamine	per 100 g	%ETD*	per Riegel 70 g	%ETD
E	2 mg	20%	1.5 mg	15%
C	12 mg	20%	9 mg	15%
B1	0.28 mg	21%	0.21 mg	15%
B2	0.32 mg	20%	0.24 mg	15%
Niacin	3.6 mg	20%	2.7 mg	15%
B6	0.4 mg	20%	0.3 mg	15%
B12	0.2 µg	20%	0.15 µg	15%
Biotin	30 µg	20%	22.5 µg	15%
Pantothensäure	1.2 mg	20%	0.9 mg	15%
Mineralstoffe				
Chrom	28 µg	-	20 µg	-

*%ETD = empfohlene Tageszufuhr ** Mittelwerte

Aminosäuren (per 100 g Reinprotein)**		
essentiell	Histidin	1.92 g
	Isoleucin	3.92 g
	Leucin	7.04 g
	Lysin	5.00 g
	Methionin + Cystin	2.58 g
	Phenylalanin + Tyrosin	7.34 g
	Threonin	3.54 g
	Tryptophan	1.02 g
	Valin	4.28 g
Nicht essentiell	Alanin	4.64 g
	Arginin	5.44 g
	Asparaginsäure	7.86 g
	Glutaminsäure	24.0 g
	Glycin	7.92 g
	Prolin	9.90 g
Serin	4.44 g	

Total BCAA: 7620 mg/Riegel