MEGA PROTEIN

Quark-Zitrone Geschmack

Nährwertinfo

Eiweißkonzentrat (77 %) zur Herstellung eines Shakes. Mit Süßungsmitteln.

Zutaten: **Milch**eweiß, **Molke**eweiß (mit Emulgator: Lecithine (Sonnenblume)), Aroma, Verdickungsmittel: Xanthan, **Weizen**stärke, Süßungsmittel (Acesulfam K, Cyclamat, Saccharin), natürliches Aroma, **Quark**pulver.

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion (25 g/ 250 ml Wasser)	pro Portion (25 g/ 250 ml fettarme Milch (1,5 % Fett))
Energie	1599 kJ 377 kcal	400 kJ 94 kcal	893 kJ 212 kcal
Fett	4,2 g	1,0 g	4,8 g
davon gesättigte Fettsäuren	1,7 g	0,4 g	3,1 g
Kohlenhydrate	7,7 g	1,9 g	14 g
davon Zucker	2,6 g	0,6 g	13 g
Eiweiß	77 g	19 g	28 g
Salz	0,46 g	0,11 g	0,41 g

Aminosäuren pro 100 g reines Eiweiß**

L-Leucin*	9,9 g	L-Arginin	3,1 g
L-Isoleucin*	5,6 g	L-Cystein	1,2 g
L-Lysin*	8,3 g	Glycin	1,8 g
L-Methionin*	2,4 g	L-Alanin	3,8 g
L-Phenylalanin*	4,1 g	L-Serin	5,5 g
L-Threonin*	5,2 g	L-Prolin	8,0 g
L-Tryptophan*	1,5 g	L-Tyrosin	4,3 g
L-Valin *	6,1 g	L-Asparagin + L-Aspartic acid	8,5 g
L-Histidin	2,4 g	L-Glutamin + L-Glutaminsäure	19,1 g

* = essentielle Aminosäuren

**auf Basis der Zubereitung mit Wasser

Verzehrempfehlung: Pro Portion 25 g Pulver (ca. 3 gehäufte Esslöffel) mit 250 ml Wasser oder fettarmer Milch (1,5 % Fett) mixen. 1-3 Portionen über den Tag verteilt nehmen. Besonders empfehlenswert ist die Verwendung nach dem Training.

Wichtiger Hinweis: Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 3000 g (5 Beutel à 600 g) (= 120 Portionen)