

MEGA PROTEIN

Tiramisu Geschmack

Eiweißkonzentrat zur Herstellung eines Shakes. Mit Süßungsmitteln. Geschmack: Tiramisu.
Zutaten:

 Calcium **caseinat** [44 %], **Molke**neiweißkonzentrat [44 %], **Weizen**stärke, Aroma, Verdickungsmittel Xanthan, Emulgator Lecithine [**Soja**], Süßungsmittel [Acesulfam K, Cyclamat, Saccharin].

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	% NRV* pro 100 g	pro Portion [25 g/250ml Wasser]	% NRV* pro Portion [25 g/250ml Wasser]	pro Portion [25g/250ml Milch [1,5 % Fett]]	% NRV* pro Portion [25g/250ml Milch [1,5% Fett]]
Energie	1612 kJ 381 kcal		403 kJ 95 kcal		897 kJ 212 kcal	
Fett davon gesättigte Fettsäuren	3,9 g 1,6 g		1,0 g 0,4 g		4,7 g 3,1 g	
Kohlenhydrate davon Zucker	12 g 3,4 g		3,0 g 0,9 g		15 g 13 g	
Eiweiß	74 g		18 g		27 g	
Salz	0,41 g		0,10 g		0,40 g	
Calcium	843 mg	105 %	211 mg	26 %	506 mg	63 %

*Prozent der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr (=Nährstoffbezugswerte)

Verzehrempfehlung: Pro Portion 25 g Pulver [1 Beutel] mit 250 ml Wasser oder fettarmer Milch [1,5 % Fett] mixen. 1-2 Portionen pro Tag nehmen. Besonders empfehlenswert ist die Verwendung nach dem Training.

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

Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse und zur Erhaltung von Muskelmasse bei.
Aminosäuren pro 100g reines Eiweiß**

L-Leucin***	10,0 g	L-Tryptophan***	1,5 g	L-Alanin	3,8 g
L-Isoleucin***	5,6 g	L-Valin***	6,1 g	L-Serin	5,5 g
L-Lysin***	8,3 g	L-Histidin	2,4 g	L-Prolin	8,0 g
L-Methionin***	2,4 g	L-Arginin	3,1 g	L-Tyrosin	4,3 g
L-Phenylalanin***	4,1 g	L-Cystein	1,2 g	L-Asparagin + L-Asparaginsäure	8,6 g
L-Threonin***	5,2 g	Glycin	1,8 g	L-Glutamin + L-Glutaminsäure	19,1 g

** auf Basis der Zubereitung mit Wasser *** essentielle Aminosäuren

Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 25 g (=1 Portion)