

# MEGA PROTEIN

Himbeere-Joghurt Geschmack

**Eiweißkonzentrat zur Herstellung eines Shakes. Mit Süßungsmitteln. Geschmack: Himbeere-Joghurt.**

**Zutaten:** Calciumcaseinat (46%), Molkeeiweißkonzentrat (41%), Weizenstärke, getrocknete Himbeerstücke (3%), Verdickungsmittel Xanthan, färbendes Lebensmittel Rote-Beete-Saftpulver, Säuerungsmittel Citronensäure, Aroma, Joghurtpulver (1,0 %), Emulgator Lecithine (Sonnenblume), Süßungsmittel (Acesulfam K, Cyclamat, Saccharin, Sucralose), Himbeerfruchtpulver (0,1 %) (Himbeeren, Maltodextrin, Säureregulator Citronensäure). **Allergenhinweis:** Vorübergehender Austausch von „Lecithine (Sonnenblume)“ gegen „Lecithine (Soja)“.

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	1581 kJ 373 kcal		395 kJ 93 kcal		889 kJ 211 kcal	
Fett davon gesättigte Fettsäuren	3,8 g 1,5 g		0,9 g 0,4 g		4,7 g 3,1 g	
Kohlenhydrate davon Zucker	13 g 4,6 g		3,3 g 1,1 g		15 g 13 g	
Eiweiß	70 g		18 g		26 g	
Salz	0,44 g		0,11 g		0,40 g	
Calcium	793 mg	99 %	198 mg	25 %	493 mg	62 %

\*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***	9,9 g	L-Tryptophan***	1,5 g	L-Alanin	3,8 g
L-Isoleucin***	5,5 g	L-Valin***	6,1 g	L-Serin	5,5 g
L-Lysin***	8,2 g	L-Histidin	2,4 g	L-Prolin	7,9 g
L-Methionin***	2,4 g	L-Arginin	3,1 g	L-Tyrosin	4,2 g
L-Phenylalanin***	4,1 g	L-Cystein	1,2 g	L-Asparagin + L-Asparaginsäure	8,5 g
L-Threonin***	5,1 g	Glycin	1,8 g	L-Glutamin + L-Glutaminsäure	18,9 g

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

Kühl und trocken lagern.

**Inhalt: 25 g (=1 Portion)**