

**whey protein isolate recovery
Joghurt-Himbeer-Geschmack**

**Datenblatt: LMIV
(Stand: 12.08.21)**

Nahrungsergänzungsmittel mit Molkenproteinisolat, L-Glutamin, Cholin, Rhodiola-Extrakt, Magnesium, Zink, Vitamin B 6 und Vitamin D3. Pulver zum Anrühren. Mit Süßungsmittel. Joghurt-Himbeer-Geschmack.

Zutaten:

84 % **Molkenproteinisolat** (aus **Weidemilch** von grasgefütterten irischen Kühen, enthält Emulgator Sonnenblumenlecithine), L-Glutamin (8,7 %), Aroma, Magnesiumcitrat, färbendes Lebensmittel Rote Beete Saftpulver, Cholinbitartrat (0,7 %, davon 41 % Cholin), Säuerungsmittel Apfelsäure, Rhodiola-Extrakt (0,3 %), Süßungsmittel Sucralose, Zinkcitrat, Pyridoxal-5-Phosphat (Vitamin B6), Cholecalciferol (Vitamin D3). **Laktosefrei.**

Durchschnittliche Nährwerte	pro 100 g	pro Portion (30 g Pulver/250 ml Wasser)***	% NRV* pro Portion (30 g Pulver/250 ml Wasser)***
Energie	1506 kJ 354 kcal	452 kJ 106 kcal	
Fett	0,9 g	< 0,5 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,7 g	0,2 g	
Kohlenhydrate	2,8 g	0,8 g	
davon Zucker	1,0 g	< 0,5 g	
Eiweiß	82 g	25 g	
Salz	0,36 g	0,11 g	
Mineralstoffe			
Magnesium	346 mg	104 mg	28 %
Zink	33,3 mg	10 mg	100 %
Vitamine			
Vitamin D	83 µg	25 µg	500 %
Pyridoxal-5-Phosphat	10,8 mg	3,6 mg	
davon Vitamin B6	6,7 mg	2,0 mg	143 %
Sonstige Stoffe			
Cholin	283 mg	85 mg	**
Rhodiola-Extrakt	333 mg	100 mg	**
davon Rosavin	10 mg	3,0 mg	
Aminosäuren			
Freies L-Glutamin	8,7 g	2,6 g	**

Aminosäuren gesamt	100 g Pulver	30 g Pulver	100 g reines Protein
L-Leucin	6,8 g	2,0 g	8,4 g
L-Isoleucin	5,0 g	1,5 g	6,2 g
L-Lysin	6,7 g	2,0 g	8,2 g
L-Methionin	1,5 g	0,5 g	1,8 g
L-Phenylalanin	1,9 g	0,6 g	2,3 g
L-Threonin	4,9 g	1,5 g	6,0 g
L-Tryptophan	1,1 g	0,3 g	1,4 g
L-Valin	4,6 g	1,4 g	5,7 g
L-Histidin	1,1 g	0,3 g	1,4 g
L-Arginin	1,3 g	0,4 g	1,6 g
L-Cystein	1,6 g	0,5 g	2,0 g
Glycin	1,0 g	0,3 g	1,2 g
L-Alanin	3,6 g	1,1 g	4,4 g
L-Serin	3,4 g	1,0 g	4,2 g
L-Prolin	4,2 g	1,3 g	5,2 g
L-Tyrosin	1,8 g	0,5 g	2,2 g
L-Asparagin+ L-Asparaginsäure	7,3 g	2,2 g	9,0 g
L-Glutamin+ L-Glutaminsäure	21,2 g	6,4 g	26,1 g

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

** = Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

***= Bei anderen Zubereitungen als mit Wasser sind geänderte Energie- und Nährwerte zu berücksichtigen

Zubereitung: Pro Portion 30 g Pulver (=2 gestrichene Dosierlöffel) mit 250 ml Wasser oder alternativ anderen Flüssigkeiten wie Mandeldrink in einen Mixbecher geben und 20 Sekunden lang schütteln. Produkt nach dem Zubereiten 30 Sekunden stehen lassen, damit sich das Pulver vollständig auflösen kann.

Verzehrempfehlung: 1 Portion täglich verzehren.

Wichtige Hinweise:

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

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

Proteine tragen zur Erhaltung und zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.

Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion, einem normalen Energiestoffwechsel, einer normalen Eiweißsynthese und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Zink trägt zu einer normalen Eiweißsynthese, einem normalen Fettstoffwechsel und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.

Vitamin B6 trägt zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung und zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Vitamin D trägt zur Erhaltung einer normalen Muskelfunktion bei.

Cholin trägt zu einem normalen Fettstoffwechsel bei.

Kühl und trocken lagern.

Inhalt: 600 g (= 20 Portionen)

**Vertrieb:
for you eHealth GmbH
Zur Centralwerkstätte 6
92637 Weiden**