Nährwerte/Nutrition Facts/Supplement Analyse
Informazioni Nutrizionali/Διατροφικά Στοιχεία
Skład/Odzywki/Nutriční Hodnoty/Valores nutricionales

	pro/per 100g	pro/per Portion (30g)*	pro/per Portion (30g)**
Energie/Energy/Energie/Energía Ενέργεια/Wartość Energetyczna Energetická Hodnota	1650kJ (395kcal)	495kJ (119kcal)	1080kJ (257kcal)
Fett/Fat/Lipides/Grasas Grassi/Λιπαρά/Tłuszcz/Tuky	5,2g	1,6g	6,1g
davon gesättigte Fettsäuren Of which Saturates/Dont Acides Gras Saturés Di Cui Acidi Grassi Saturi/Κορεσμένα λιπαρά Tłuszczowe Z Toho Nasycené Mastné Kyseliny W Tym Nasycone Kwasy/Ácidos grasos saturados	2,0g	0,6g	3,6g
Kohlenhydrate/Carbohydrate/Glucides/Carbohidrati Υδατάνθρακες/Węglowodany/Sacharidy/Carbohidratos	9,0g	2,7g	17,1g
davon Zucker/Sugar/Dont Sucre Di Cui Zuccheri/Ζάχαρα/ W Tym Cukry/Z Toho Cukr/Azúcar	9,0g	2,7g	17,1g
Eiweiß/Protein/Protéines/Proteine Πρωτεΐνη/Białko/Bílkoviny/Proteína	78g	23,4g	33,6g
Salz/Salt/Sel/Sale/ελάτι/Sol/Sůl/Sal	0,20g	0,06g	0,45g

* 30g Pulver/powder in 250ml Wasser/water
** 30g Pulver/powder in 300ml fettarmer Milch (1,5% Fett) / low fat milk (1.5% fat)

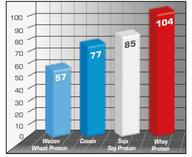
Exclusive agent in Middle East; DR, NUTRITION واي بروتين بنكهة الكوكيز والكريمة - الوزن 2270g جرام
كمية الحصة اليومية: 30 جرام (مكيال واحد) المكونات: بروتين مصل الحليب المركز ٨٩,٩٪، بروتين مصل الحليب المعزول 51
نكهة الكريمة، صلك احتواء (واحتوا حبوب الصويا مع الزنكلن، كراميل (شراب الجلوكوز، مالتوديكسترين، سكر)، صمغ الجلب، ليسيثين صويا، محليات: اسبيرتيام
بوتاسيوم وسكارين) ملح، عامل فصل (ثاني أكسيد السيليكون)، الجلب، أثيوبيكوت، مستحلبات الصفصاف، بنكهة الجلب، الصبغة (بيتا كاروتين)
الجلوتين والبيض. لا يؤدى من طرف المرأة الحامل أو المرضع. لا يؤدى لمن يكن لديه حساسية من هذه العناصر الغذائية. يجب استشارة الطبيب. إن
كنت تأخذ أي أدوية أو تعيش أي حالة مرضية. طريقة الاستخدام: تمزج جمعة واحدة 30 جرام مع 250 مل من الماء وتخلط جيدا و تؤخذ قبل أو
بعد التمرين مباشرة - الحليبا مبوهم داخل العبوة. يحفظ في درجة حرارة أقل من 25 درجة مئوية في مكان بارد وجاف. التعرض المباشر لأشعة
الشمس أو الرطوبة قد يسبب تلف المنتج. صنع في المانيا بواسطة أنوا كم يو اس لتن تصالح أ ستار فلتس.
الوكيل الحصري في الشرق الأوسط: دكتور نيوترشن.
المستورد في المملكة العربية السعودية مؤسسة النظفة التقنية الحديثة.

Recomendaciones: Añade usted 30g (1 cucharada) a 250ml de agua o 300ml de leche fria y mezclar en una batidora. Tome usted hasta 1 porción diario. Consumirse antes del deayuno, antes e inmediatamente despues del entrenamiento. No exceda la dosis recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños. **Ingredientes: concentrado de proteína de suero** 89,9%, **aislado de proteína de suero** 5,0%, aroma, goma xanthan, cafeina (jarabe de glucosa, maltodextrina, azúcar), emulsificante: **lecitina de soja**, edulcorante artificial: acesulfame-K y sucralosa, sal de mesa, dioxido de silicio, papalina, bromelina. Puede contener rastros de **gluten** y **proteína de huevo**.

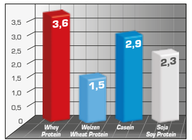
4 250031 312252

LUST AUF MEHR?
ALL-STARS.DE

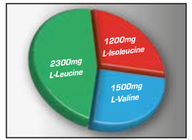
Biologische Wertigkeit/Biological Value (BW)



Protein Efficiency Ratio (PER)



Branched Chain Amino Acids (BCAA)



Bei den verschiedenen Methoden zur Bestimmung der Proteinqualität ist Whey-Protein im Vergleich zu anderen Proteinarten herausragend. Die Biologische Wertigkeit (BW) und der Protein Efficiency Ratio (PER) geben an, wie effizient ein Nahrungsprotein in körpereigenes Protein umgesetzt werden kann. Hier gilt: Je höher die Zahl, desto besser. Je mehr lebensnotwendige Aminosäuren (= Eiweißbausteine, die der Körper nicht selbst herstellen kann) das Protein enthält und je ähnlicher die Aminosäuren-Zusammensetzung dem körpereigenen Muster ist, desto hochwertiger ist das Eiweiß.

Mit einem Wert von 104 verfügt Whey-Protein über die höchste Biologische Wertigkeit aller Eiweißrohstoffe. Auch der PER 3,6 von Whey-Protein übertrifft den Wert anderer Einzelproteine deutlich.

Whey-Protein enthält zudem einen hohen Gehalt an verzweigtkettigen Aminosäuren (BCAAs), die etwa ⅓ des Muskelproteins ausmachen. Ein Shake WHEY-PROTEIN 100%, zubereitet mit 30g Pulver, liefert 5000mg BCAAs und ist somit die optimale Eiweißquelle für den ernsthaft trainierenden Athleten.

There are several different methods to measure protein quality. Two of the most important factors are the Biological Value (BV) and the Protein Efficiency Ratio (PER). These measurements show how much of a protein source can be used by the body for muscle protein synthesis. The higher the BV and the PER, the higher the quality of the protein in the food or supplement source. Compared to other protein sources like soy, casein, and wheat, whey protein is the most leading protein with a Biological Value of 104 and a PER of 3.6.

Another important measure is the amino acid structure of the protein. In the same way that protein is the building block for muscle, amino acids are the building blocks for protein. There are 23 amino acids in a "complete protein", 9 of which are Essential Amino Acids (EAAs) and cannot be produced by the body, so they must be synthesized from dietary sources. The more Essential Amino Acids a protein source contains, the higher the quality of the protein, and the more it will contribute to muscle protein synthesis.

Of these 9 EAAs, the 3 that make the largest contributions to muscle growth are the Branched Chain Amino Acids (BCAA). One serving of WHEY-PROTEIN 100% delivers 5000mg BCAAs and therefore it's the perfect protein supplement for serious athletes looking to maintain or build lean muscle.

Aminosäurenprofil/Amino Acid Profile pro/per 100g Eiweiß/Protein

L-Alanin	4,8g	L-Histidin	2,1g	L-Prolin	4,8g
L-Arginin	2,9g	**L-Isoleucin**	**5,4g**	L-Serin	4,4g
L-Asparaginsäure	11,0g	**L-Leucin**	**10,5g**	L-Threonin	5,0g
L-Cystein	2,6g	L-Lysin	10,2g	L-Tryptophan	2,0g
L-Glutaminsäure	17,1g	L-Methionin	2,2g	L-Tyrosin	3,4g
L-Glycin	1,8g	L-Phenylalanin	3,6g	**L-Valin**	**6,9g**

Verzehrempfehlung: 30g Pulver (1 Dosierlöffel = 1 Portion) mit 250ml Wasser oder 300ml Milch in einem Shaker mixen. Trinken Sie 1 Shake täglich, am besten zum Frühstück, als Zwischenmahlzeit, vor oder direkt nach dem Training. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Den praktischen ALL STARS Shaker Cup können Sie auf uns aus der telefonisch unter +49 8903/637 40 bestellen. **Zutaten: Molken**eiweiss-Konzentrat, **Molken**eiweiss-Isolat, Aroma, Verdickungsmittel Xanthan, Emulgator Lecithine (**Soja**), Süssungsmittel Sucralose und Acesulfam K, Salz, Trennmittel Siliciumdioxid. Enthält **Milch** (inkl. **Laktose**) und **Soja**.

Recommendation: Add 30g powder (1 scoop = 1 serving) to 250ml water or 300ml milk and mix in a shaker cup. Consume 1 shake daily, preferably for breakfast, during the day, before or immediately after your workout. If you are pregnant, breast feeding, taking any prescription medication, or have a medical condition, consult your physician before using any product. This product is not intended to diagnose, treat, cure or prevent any disease. Keep out of reach of children. **Ingredients: Whey**protein concentrate, **whey**protein isolate, flavor, thickener xanthan gum, emulsifier lecithine (**soy**), sweeteners sucralose and acesulfame potassium, salt, separating agent silicon dioxide. Contains **milk** (incl. **lactose**) and **soy**.

Consommation recommandée: Mélanger la poudre 30g (1 cuillère à mesurer) avec 250ml d'eau ou de lait 300ml. Consommer jusqu'à 1 portion par jour, de préférence immédiatement après votre séance d'entraînement. Ne pas dépasser la dose recommandée. Tenir hors de portée des enfants. **Ingrédients:** Concentré de protéines de **lactosérum**, isolat de protéines de **lactosérum**, arôme, épaississant gomme xanthane, émulsifiant lécithine (**soja**), édulcorants sucralose et acésulfame de potassium, sel, dioxyde de silicium. Contient du **lait**, du **lactose** et du **soja**.

Dosi e modo d'uso: Mescolare 30g (1 misurino) di polvere con 250ml di acqua o 300ml di latte e assumere 1 volta al giorno, preferibilmente a colazione, prima o subito dopo l'allenamento secondo necessità. **Avvertenze:** Non superare la dose giornaliera consigliata. Non utilizzare in gravidanza e allattamento, in caso di patologie epatiche o renali, nei bambini, o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Tenere fuori dalla portata dei bambini di età inferiore a 3 anni. Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano e attivo. **Ingredienti:** Concentrato di proteine del **siero di latte**, isolato di proteine del **siero di latte**, aromi, addensante gomma di xantano, emulsionante lecitina (**soia**), edulcoranti sucralosio e acesulfame di potasio, sale, agente distaccante biossido di silicio. Contiene **latte**, **lattosio** e **soia**.

Δοσολογία: Αναμείξτε 30g σκόνης (1 μεζούρες = 1 δόση) με 250ml νερό ή 300ml γάλα. Καταναλώστε έως 1 δόσεις ημερησίως, κατά προτίμηση για πρωινό, πριν και μετάνε χτύπ την προπόνησή σας. Μην υπερβαίνετε τη συνιστώμενη δοσολογία. Να φυλάσσεται μακριά από παιδιά. **Συστατικά:** Συμπύκνωμα ορού **γάλακτος**, απομονωμένη πρωτεΐνη ορού **γάλακτος**, άρωμα, πηκτικό κόμμι ξανθάνης, λεκιθίνη (**σόγια**), γλυκαντικές ουσίες σουκραλόζη και ακεσουλφάμη-Κ, αλάτι, διοξείδιο του πυριτίου. Περιέχει **γάλα**, **λακτόζη** και **σόγια**. **ALL STARS Hellas: Panepistimiou 57str, 105 64 Athens/GR, Greece: Tel. +30 211 1044 400, ALL STARS, Cyprus: Athinon 44str, 1075 Strovolos/Nicosia/CY, Tel. +357 22 422302, info@bbclub.gr, www.bbclub.gr**

Sposób spożycia: Wymieszać 30g proszku (1 miarki) z 250ml wody lub mleka 300ml. Zużywają do 1 trzęsie dziennie, najlepiej na śniadanie, przed i bezpośrednio po treningu. Nie należy przekraczać zalecanej dawki. Trzymać poza zasięgiem dzieci. **Składniki:** Koncentrat **białka** serwatkowego, izolat **białka** serwatkowego, aromat, substancja zagęszczająca guma ksantanowa, emulgator lecytyna (**soja**), substancja słodząca sukralozą i acesulfam K, sól, substancja przeciwbryłująca dwutlenek krzemu. Zawiera **mleko** (łącznie z **laktozą**) i **soję**. **ALL STARS Polska Centrum Odżywek i Suplementów FIT AKTIV, ul. Wawelska 5, 02-034 Warszawa/Pl., Tel. 22 825 59 41, allstars@allstars.com.pl, www.allstars.com.pl**

Doporučené dávkování: Smíchejte 30g prášku (1 odměrky) s 250ml vody nebo 300ml mléka. Konzumujte až 1x denně, nejlépe na snídani, před a hned po tréninku. Nepřekračujte doporučené dávkování. Určeno pro zvláštní výživu, nevhodné pro kojící a těhotné ženy. Skladujte mimo dosah dětí. **Složení: Syrovátkový** proteinový koncentrát, **syrovátkový** proteinový izolát, aroma, zahušťovadlo xantanová guma, emulgátor lecitin (**sója**), sladidla sukralóza a acesulfam draselný, sůl, separační činidlo oxid křemičitý. Obsahuje **mléko**, **laktózu** a **sóju**. **Dovozce pro ČR: ALL STARS Fitness Products CZ s.r.o. Kolínská 889/17, 288 02 Nymburk/CZ, Tel. +420 602 380 068 allstars@email.cz, www.allstars-cz.com**

Рекомендации: Смешайте 30 г порошка (3 мерные ложки) с 250 мл воды или 300 мл обезжиренного молока. Принимайте до 1 раз в день, желательно на завтрак, до и сразу после тренировки. Не превышайте рекомендуемую дневную норму. Хранить вдали от детей. **Ингредиенты:** Концентрат сывороточного белка, изолят сывороточного белка, ароматизатор, загуститель ксантановая камедь, эмульгатор лецитин (соевый), подсластитель сукралоза и ацесульфам К, соль, антислеживатель диоксид кремния. Содержит молоко (включая лактозу) и сою.

Varbojimo rekomendacija: Sumaišykite 30g miltelių (1 kaušelial) su 250ml vandens ar 300ml pieno. Vartokite iki 1 kokteilių per dieną, geriausiai pusryčiams, prieš irlarba iš karto po treniruotės. Nevirškykite rekomenduojamos normos. Laikyti mažiems vaikams nepasiekiamoje vietoje. Reikia laikytis visavertės ir subalansuotos mitybos. **Sudėtis:** Išrūgų baltymų koncentratas, išrūgų baltymų izoliatas, kvapioji medžiaga, tirštiklis ksantano derva, emuliklis lecitinas (sojos), saldiklis sukralozė ir acesulfamas K, druska, lipnumą reguliuojantį medžiaga silico dioksidas. Sudėtyje yra pieno (įskaitant laktozę) ir sojų. **JSC Sovereina: Upes st 5, Vilnius, Lithuania, Tel.+37 067 623 335, www.all-starssport.lt**

Način primene: Razmutiti 30g praha (1 merice) sa 250ml vode ili 300ml mleka. Koristiti do 1 puta na dan. Možete koristiti za doručak, pre trening i odmah nakon trenga. Preporučene dnevne doze se ne smeju prekoračiti. Čuvati dalje od domašaja dece. **Sastojci:** Koncentrat proteina surutke, izolat proteina surutke, aroma, zgušnjivač ksantan guma, emulgator lecitin (soja), zaslađivač sukraloza i acesulfam K, so, sredstvo protiv zgrudvanja silicijum dioksid. Sadrži mleko (uključujući laktozu) i soju. **ATP SPORT: Tosin bunar 188/16, Belgrade, Serbia, Tel/Fax +381 11 3190 711, atpsport@eunet.rs, www.atpsport.com**

* Werte pro Portion mit 250ml Wasser / Values per serving mixed with 250ml water

Eiweiß-Konzentrat zur Zubereitung eines Proteingetränks. Mit Zuckerarten und Süßungsmitteln. Geschmack: Cookies & Cream. Protein Concentrate, Drinkpowder. Food Supplement, especially for athletes – with sugars and sweeteners. Taste: Cookies & Cream. INTEGRATORE ALIMENTARE DI PROTEINE - polvere solubile con zuccheri e edulcoranti. Sapore: Cookies & Cream. Complément alimentaire surtout pour les sportifs, concentré de protéines en poudre avec des sucres et des édulcorants. Arôme : Cookies & Cream. Suplemento dietético con proteínas, especialmente para atletas - con azúcar y edulcorantes. Sabor: Cookies & Cream.

Proteine tragen zum Aufbau und Erhalt von Muskelmasse bei.

Inhalt/Content/Contenu/Peso netto περιεχόμενο/Zawartość/Obsah Cocrав/Turinys/Sadržaj/Contenido: **2270g** ℮

Ungeöffnet und trocken aufbewahrt mindestens haltbar bis/Lot-Nr.: Siehe Boden. Not opened, stored dry best before/Lot-Nr.: See bottom. Do not use if the seal under cap is broken. Conserver fermé dans un endroit sec, voir la date de durabilité minimale/DDM-n° de lot sur le côté inférieur. Conservare in un luogo asciutto. Da consumarsi pref. entro fine/Lotto: Vedi fondo. διατηρείται σε σκιερό και δροσερό μέρος (αφού είνιι σφραγισμένο) μέχρι/Κωδικοί: ανανμόρεστο στη συσκευασία. Nie otwarte, przechowywane w chłodnym i suchym miejscu można spożyć do: daty podanej na spodzie.Lot-Nr. Podane na spodzie. Neotevřené, v chladu a suchu uskladněné minimální trvanlivost do: viz obal. Хранить в прохладном и сухом месте в закрытом виде. Срок годностиДата изготовления и № лота: см. на дне упаковки. Не использовать в случае нарушения мембраны под крышкой. Neatidarytą laikyti sausoje vėsioje vietoje. Geriausias iki/ir ant taros: mėnuo, metai. Ne otvarati, čuvati na hladnom i suvom i upotrebiti prvi Lot-Br.: Upisan na pakovanju. Sin abrir, almacenado en un lugar seco. Mejor antes / No. Lote: ver tenero.

ALL STARS Fitness Products GmbH
Postfach 70 • 82378 Peißenberg/BRD
www.all-stars.de • ☎ +49 8803/637 40

Importer/CHFI, ICB International Commerce Media Establishment Wirtschaftspark 31 Postfach 33,9492 Eschen/FL, Tel.:+423 377 5840, Fax:+423 377 5841, info@icb.li, www.chfi.li

100% Whey Protein/Cookies & Cream/2270g/Art-Nr 1225 05/24 BBD/MJK/FI/IT/DE/PL/CZ/RUS/LT/SRB/UA/ES