

Nährwertangaben/Inhaltsstoffe: Milcheiweiß, Molkeneiweiß (Lactalbumine, Lactoglobuline), Magnesiumcarbonat, Huhnklarpulver, Vitamin C, Emulgator: Sojalecithin, Niacin, Vitamin E, Pantothensäure, Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Folsäure, Vitamin B12.

Durchschnittlicher Gehalt	Pro 100 g Pulver	% RDA*	Pro Portion (= 30 g)	% RDA*
Brennwert	1659 kJ (391 kcal)		499 kJ (118 kcal)	
Eiweiß	95 g		28,5 g	
Kohlenhydrate	0,6 g		0,2 g	
davon Zucker	0,6 g		0,2 g	
Fett	0,9 g		0,3 g	
davon gesättigte Fettsäuren	0,6 g		0,2 g	
Ballaststoffe	0,0 g		0,0 g	
Natrium	0,04 g		0,01 g	
Calcium	1300 mg	163 %	390 mg	49 %
Magnesium	145 mg	39 %	43,5 mg	12 %
Phosphor	750 mg	107 %	225 mg	32 %
Vitamin C	200 mg	250 %	60 mg	75 %
Niacin	12 mg	75 %	3,6 mg	23 %
Vitamin E	12 mg	100 %	3,6 mg	30 %
Pantothensäure	10 mg	167 %	3,0 mg	50 %
Vitamin B6	5,0 mg	357 %	1,5 mg	107 %
Vitamin B2	1,9 mg	136 %	0,6 mg	43 %
Vitamin B1	1,5 mg	136 %	0,5 mg	45 %
Folsäure	400 µg	200 %	120 µg	60 %
Vitamin B12	5,0 µg	200 %	1,5 µg	60 %

* Die Prozentangaben beziehen sich auf den Anteil der empfohlenen Tagesdosis (2008/100/EG).

100 ml verzehrfertiges Produkt (30 g in 300 ml Wasser) enthalten 151 kJ (36 kcal). Bei Zubereitung mit anderen Flüssigkeiten als mit Wasser ergeben sich geänderte Nähr- und Brennwerte.

Aminosäurenprofil pro 100 g reines Protein

L-Isoleucin*	5,9 g
L-Histidin	3,2 g
L-Leucin*	10,2 g
L-Prolin	10,2 g
L-Lysin*	8,4 g
L-Alanin	3,2 g
L-Methionin*	3,0 g
L-Arginin	3,8 g
L-Phenylalanin*	5,4 g
L-Asparaginsäure	7,5 g
L-Threonin*	4,8 g
L-Cystein + L-Cystin	0,5 g
L-Tryptophan*	1,4 g
L-Serin	6,3 g
L-Valin*	7,4 g

L-Tyrosin	5,7 g
L-Glutaminsäure + Glutamin	22 g
Glycin	2 g

* = essentielle Aminosäuren