

100% NATURAL CASEIN ist ein gut lösliches, geschmackneutrales Proteinpulver und ist aus dem Milchprotein gewonnen. Die biologisch hochwertige Proteinquelle kann zum Aufbau von fettfreier Muskelmasse beitragen und verfügt zudem über wichtige Mineralstoffe. Calcium ist zusammen mit Phosphor am normalen Energiestoffwechsel beteiligt, wohingegen Calcium eine wichtige Funktion bei der Muskelkontraktion einnimmt./

100% NATURAL CASEIN has a high level of solubility and is a tasteless protein powder, extracted from the lactoprotein. The highly valuable biological protein source can contribute to building up fat-free muscle mass and also offers important mineral substances. Together with Phosphorous, Calcium plays a part in the normal energy metabolism, wherein Calcium assumes an important function in muscle contraction.

Verzehrempfehlung: 30 g Pulver (3 Messlöffel) in 300 ml Wasser einrühren und eine Portion vorzugsweise **vor oder nach** einer intensiven Belastung trinken. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden./ **Recommended dosage:** Stir in 30 g powder (3 measuring spoons) in 300 ml of water and drink one serving preferably **before or after** an intensive workout. Do not exceed the recommended daily dosage.



PZN: 9912823

Tipp: Schmeckt auch lecker in Milchprodukten und/oder kombiniert mit My Flavouring System von MySupps./ **Tip:** Tastes delicious in dairy products and/or combined with My Flavouring System from MySupps.

Zutaten: Calciumcaseinat (100%)./
Ingredients: Calcium caseinate (100%).

Allergenhinweis: Enthält Laktose. Kann Spuren von Gluten, Soja und Hühnerei-Eiweiß enthalten./ **Allergy advice:** Contains lactose. May contain traces of gluten, soy and hen egg white protein.

Diätetisches Lebensmittel für intensive Muskelanstrengungen, vor allem für Sportler. Das Produkt ist kein Ersatz für eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Nicht für Kinder und Jugendliche geeignet./ **Dietary nutritional supplement** for intense muscular exertion, especially suitable for athletes. This product is no substitute for a varied, balanced diet and a healthy lifestyle. Not suitable for children and teenagers.

Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis Ende/ Los-Nr.: siehe Boden/ Best before if kept unopened in a cool, dry place/ Lot no.: see bottom

Inhalt/ Content: e 750 g

Vertrieb/ Distributor:
My Supps GmbH & Co. KG,
Breslauer Str. 17a, D-25474 Ellerbek

Hergestellt in Deutschland/
Made in Germany



► **before**
► **during**
► **after**

750 g

100%

90 g Protein
low milk sugar

NATURAL CASEIN

MUSCLE PERFORMANCE

Nährwertangaben/ Nutrition facts	pro 100 g/ per 100 g	% RDA*	pro Portion (30 g)/** per serving (30 g)**	% RDA*
Energie/ Energy	1570 kJ/(369 kcal)		471 kJ/(110 kcal)	
Eiweiß/ Protein	90 g		27 g	
-davon BCAA/**/ -thereof BCAA**	18 g		5,5 g	
Kohlenhydrate/ Carbohydrates	0,2 g		< 0,1 g	
-davon Zucker/ -thereof Sugar	0,2 g		< 0,1 g	
Fett/ Fat	1,2 g		0,3 g	
-davon gesättigte Fettsäuren/ -thereof sat. Fatty acids	0,8 g		0,2 g	
Ballaststoffe/ Dietary fibre	< 0,1 g		< 0,1 g	
Natrium/ Sodium	< 0,1 g		< 0,1 g	
Calcium/ Calcium	1300 mg	163	390 mg	49
Phosphor/ Phosphorus	800 mg	114	240 mg	34

* RDA = % der empfohlenen Tagesdosis/ Recommended Daily Allowance
** 30 g + 300 ml Wasser/ water
*** BCAA = verzweigtkettige Aminosäuren/ branched chain amino acids
(L-Isoleucine, L-Leucine, L-Valine)

Aminosäuren/ amino acids	pro 100 g/ per 100 g Eiweiß/ protein
L-Alanin/ L-Alanine	2,9 g
L-Arginin/ L-Arginine	3,3 g
L-Asparaginsäure/ L-Aspartic acid	6,7 g
L-Cystein/ L-Cysteine	0,4 g
L-Glutaminsäure/ L-Glutamic acid	21 g
L-Glycin/ L-Glycine	1,8 g
L-Histidin/ L-Histidine	2,9 g
L-Isoleucin/ L-Isoleucine	5,2 g
L-Leucin/ L-Leucine	8,7 g
L-Lysin/ L-Lysine	7,4 g
L-Methionin/ L-Methionine	2,8 g
L-Phenylalanin/ L-Phenylalanine	4,8 g
L-Prolin/ L-Proline	10 g
L-Serin/ L-Serine	5,7 g
L-Threonin/ L-Threonine	4 g
L-Tryptophan/ L-Tryptophane	1,2 g
L-Tyrosin/ L-Tyrosine	5,3 g
L-Valin/ L-Valine	6,4 g