

# MySupps

EFFECTIVE SPORTS NUTRITION

# MUSCLE WHEY

500 g

up to 16 servings

BEFORE

DURING

AFTER



CREAMY TASTE IN WATER

- ultrafiltered whey protein
- 7300 mg BCAA\*

DOUBLE RICH CHOCOLATE

**MUSCLE WHEY** erleichtert in der Muskelaufbauphase die Proteinversorgung, die für den Muskelzuwachs und die Muskelhaltung notwendig ist.

**Verzehrempfehlung:** Eine Portion 30 g Pulver (2 leicht gehäufte Messlöffel) in 300 ml fettarmer Milch (1,5% Fett) einrühren. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. **TIPP:** Fortgeschrittene können auch 50 g Pulver (3 leicht gehäufte Messlöffel) in 250 ml Wasser einrühren und vorzugsweise vor oder nach einem Training verzehren.

**Zutaten:** Ultrafiltriertes Molkenweiß-Konzentrat (49%), Sojaproteinisolat (35,3%), Kakao (7%), Aroma, Maltodextrin, Süßholzwurzel (1%), Hühnererei-Weißpulver (1%), Karamellzucker, Maltodextrin, Verdickungsmittel (Guarkernmehl), Emulgator (Soja-Lecithin), Süßungsmittel (Acesulfam K, Natriumcyclamat, Sucralose, Saccharin), Speisesalz, Trennmittel (Siliciumdioxid).

**MUSCLE WHEY** helps to provide protein during the muscle building phase. Protein is essential for muscle growth and muscle maintenance.

**Recommended dosage:** Stir one serving, 30 g powder (2 slightly heaped scoops) into 300 ml of low-fat milk (1,5% fat). Do not exceed the recommended daily dosage. **TIP:** Intermediates can also stir 50 g powder (3 slightly heaped scoops) into 250 ml of water and drink preferably before or after training.

**Ingredients:** Ultrafiltered whey protein concentrate (49%), Soy protein isolate (35.3%), Cocoa powder (7%), Flavouring, Carn starch, Sweet whey powder (1%), **Han egg white powder** (1%), Caramel sugar, Maltodextrin, Thickener (Guar gum), Emulsifier (Soy lecithin), Sweeteners (Acesulfame K, Sodium cyclamate, Sucralose, Saccharin), Table salt, Separating agent (Silicon dioxide).

**MUSCLE WHEY** facilite, dans la phase de restructuration des muscles, l'apport en protéine nécessaire à la croissance musculaire et au maintien des muscles.

**Recommandation de consommation:** Délayer une portion de 30 g de poudre (2 mesures légèrement bombées) dans 300 ml de lait écrémé (1,5% de matière grasse). La quantité journalière de consommation recommandée ne doit pas être dépassée. **CONSEIL:** Les personnes avancées peuvent aussi délayer 50 g de poudre (3 mesures légèrement bombées) dans 250 ml d'eau et consommer de préférence avant ou après un entraînement.

**Ingédients:** Concentré de protéine de lactosérum ultra-filtré (49%), isolat de protéines de soja (35,3%), poudre de cacao (7%), arôme, féculé de maïs, lactosérum sucré (1%), poudre de protéines d'œuf (1%), sucre caramélisé, maltodextrine, épaississant (farine de graine de guar), émulsifiant (lécithine de soja), édulcorants (acesulfame K, cyclamate de sodium, sucralose, saccharine), sel, agent anti-agglomérant (dioxyde de silicium).

Nährwertangaben	Nutrition facts	Information nutritionnelle	pro/per/par 100 g	pro Portion/ per serving/ par ración <sup>1)</sup>	pro Portion/ per serving/ par ración <sup>2)</sup>
Brennwert	Energy	Valeur énergétique	1580 kJ/(373 kcal)	1069 kJ/(253 kcal)	790 kJ/(187 kcal)
Fett	Fat	Matière grasse	4,4 g	6,1 g	2,2 g
-davon gesättigte Fettsäuren	-thereof sat. fatty acids	-dont acides gras saturés	2,4 g	3,5 g	1,2 g
Kohlenhydrate	Carbohydrates	Glycides	7,7 g	16,7 g	3,8 g
-davon Zucker	-thereof sugar	-dont sucre	4,2 g	15,6 g	2,1 g
-davon Laktose	-thereof lactose	-dont lactose	4,1 g	15,6 g	2,1 g
Eiweiß	Protein	Protéine	74 g	32,3 g	37 g
-davon BCAA <sup>1)</sup>	-thereof BCAA <sup>1)</sup>	-cette-ci BCAA <sup>1)</sup>	14,5 g	6,3 g	7,3 g
Salz	Salt	Sel	1,8 g	0,9 g	0,9 g

<sup>1)</sup>30 g + 300 ml fettarme Milch (1,5% Fett)/low fat milk (1,5% fat)/de lait (1,5% de matière grasse)

<sup>2)</sup>50 g + 250 ml Wasser/water/d'eau

<sup>1)</sup>BCAA = branched chain amino acids (verzweigtkettige Aminosäuren (L-Isoleucin, L-Leucin, L-Valin)/branched chain amino acids (L-Isoleucine, L-Leucine, L-Valine)/branched chain amino acids (acides aminés à chaîne ramifiée) L-Isoleucine, L-Leucine, L-Valine)

**Nahrungsergänzungsmittel mit Zucker und Süßungsmitteln zur Herstellung eines aromatisierten Proteingetränkes.**

Dieses Produkt ist nicht für eine Langzeitemährung bestimmt und sollte nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.

**Geschmack:** Schokolade.

**Sachbezeichnung Schweiz:** Ergänzungsnahrung.

Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahren, mindestens halbtags bis Ende/Loz-Nr. siehe Aufdruck. Nach dem Öffnen schnell aufbrauchen, Vor direkter Wärme und Lichteinstrahlung schützen.

**Nutritional supplement with sugar and sweeteners. Flavoured beverage powder for the preparation of protein drinks.** This product is not intended for long-term use and should not be substituted for a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Keep out of reach of children.

**Flavour:** Double Rich Chocolate.

If kept unopened in a cool, dry place, best before end of/ Lot No.-see imprint. Once opened, use up quickly. Keep away from direct heat and light.

**Complément alimentaire avec sucre et édulcorants pour la production d'une boisson protéinée aromatisée.**

Ce produit n'est pas destiné à une alimentation à long terme et ne devrait pas être utilisé comme produit de remplacement pour une alimentation équilibrée et variée, ni pour un régime sain. A conserver hors de la portée des enfants.

**Parfum:** Double Rich Chocolate.

**Dénomination du produit en Suisse:** complément alimentaire.

Conservé fermé, au frais et au sec, à consommer de préférence avant fin/No. de lot: voir l'inscription. Usage unique directement après ouverture. Protéger de la chaleur directe et du rayonnement solaire.

Inhalt/Content/Contenu:

e 500 g

6648



PZN: 10412330

**Vertrieb/Distribution:** My Supps GmbH & Co. KG, Waldhofstraße 19, 25474 Ellerbek

[www.my-supps.com](http://www.my-supps.com)  
Hergestellt in Deutschland/  
Made in Germany