OPTIMUM NUTRITION

24g* PROTEIN

9.6g* ESSENTIAL AMINO ACIDS

1.6g* SUGAR

*per Serving

# GOLD STANDARD 100% CASEIN™

CHOCOLATE SUPREME FLAVOUR

PREMIUM MICELLAR CASEIN PROTEIN

100% PROTEIN FROM MICELLAR CASEIN

13 SERVINGS

NET WT. 450 g (15.9 oz) ℮

CHOCOLATE FLAVOUR READY TO MIX PROTEIN POWDER WITH MICELLAR CASEIN WITH SWEETENERS

FPO UPC

5060245601399

SCAN THIS QR CODE with your smartphone for further info and promotions

V.2.139.1013.EU
6028381

EU CUSTOMER SERVICE
3008 Lake Drive,
Citywest Campus, Dublin 23,
Ireland

US CUSTOMER SERVICE
975 Meridian Lake Dr.
Aurora, IL 60504
USA
630-236-0097

FORMULATED BY OPTIMUM NUTRITION
MANUFACTURED IN THE EU

CONTENTS SOLD BY WEIGHT NOT VOLUME

KEEP OUT OF REACH OF CHILDREN / CONSERVER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS / AUSSERHALB DER REICHWEITE VON KINDERN
AUFBEWAHREN / TENERE LONTANO DALLA PORTATA DEI BAMBINI / MANTENER FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS

STORE IN A COOL DRY PLACE / À CONSERVER DANS UN ENDROIT FRAIS ET SEC / KÜHL UND TROCKEN LAGERN /
CONSERVARE IN UN LUOGO FRESCO ED ASCIUTTO / ALMACENAR EN UN LUGAR FRESCO Y SECO

CONSOMMER DE PRÉFÉRENCE AVANT FIN : VOIR AU DOS DU SAC /
CHRENNUMMER UND MINDESTENS HALTBAR BIS ENDE: SIEHE RÜCKSEITE DES BEUTELS / NUMERO DI LOTTO E DA CONSUMARSI PREFERIBILMENTE ENTRO LA FINE: VEDERE DIETRO ALLA BUSTA / NUMERO DE LOTE Y CONSUMIR PREFERENTEMENTE ANTES DEL FIN DE: VER PARTE POSTERIOR DE LA BOLSA

BEST BEFORE END AND BATCH NUMBER: SEE BACK OF BAG / NUMERO DE LOT ET A CONSOMMER DE PRÉFÉRENCE AVANT FIN : VOIR AU DOS DU SAC /

**NUTRITION INFORMATION** / VALEUR NUTRITIONNELLE / NÄHRWERTINFORMATION / INFORMAZIONI NUTRIZIONALI / INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Serving Size 1 Rounded Scoop / Dose 1 cuillère bombée / Portionsgröße 1 gehäufter Messlöffel / Porzione 1 cucchiaio abbondante / Dosis 1 cucharada colmada (33g)
Servings Per Bag About / Doses par sac environ / Portionen pro Beutel ca. / Porzioni per busta circa / Dosis por bolsa aprox. 13

| Amount / Quantité / Menge / Quantità / Cantidad | Per 100g | Per 33g | % RI per serve |
|---|---|---|---|
| Energy / Énergie / Energie / Energia / Valor energético | 1472kJ<br>351kcal | 486kJ<br>116kcal | 6%* |
| Fat / Matières Grasses / Fett / Grassi / Grasas | 2.0g | 0.7g | 1%* |
| Of Which Saturates / dont : acides gras saturés / davon: gesättigte Fettsäuren / di cui: acidi grassi saturi / de las cuales: saturadas | 0.9g | 0.3g | 2%* |
| Carbohydrate / Glucides / Kohlenhydrate / Carboidrati / Hidratos de carbono | 11g | 3.6g | 1%* |
| Of Which Sugars / dont : sucres / davon: Zucker / di cui: zuccheri / de los cuales: azúcares | 4.9g | 1.6g | 2%* |
| Fibre / Fibres alimentaires / Ballaststoffe / Fibre / Fibra alimentara | 3.0g | 1.0g | † |
| Protein / Protéines / Eiweiß / Proteine / Proteínas | 72.1g | 23.8g | 48%* |
| Salt / Sel / Salz / Sale / Sal | 1.835g | 0.605g | 10%* |
| **%NRV per 100g** | | | |
| Calcium / Calcium / Calcium / Calcio / Calcio | 206†mg | 68Omg | 258%* |
| Sodium / Sodium / Natrium / Sodio / Sodio | 734mg | 242mg | † |

* Reference intake of an average adult / Apport de référence pour un adulte-type / Referenzmenge für einen durchschnittlichen Erwachsenen / Assunzioni di riferimento di un adulto medio / Ingesta de referencia de un adulto medio (8400 kJ/ 2000 kcal).
† Recommended Reference Intake of Nutrient Reference Value not established / Apport de référence recommandé en valeur nutritionnelle de référence non établis / Keine empfohlene Referenzmenge oder Nährstoffbezugswerte vorhanden / Assunzioni di riferimento raccomandate o relativi valori nutritivi di riferimento non stabiliti / Ingesta de referencia recomendada o Valor de referencia de nutrientes no establecidos.

**INGREDIENTS:** Micellar **Casein**™ (Emulsifier: **Soy** Lecithin), Fat-Reduced Cocoa Powder, Flavourings, Salt, Thickeners (Cellulose Gum, Carrageen Gum, Guar Gum), Sweeteners (Acesulfame K, Sucralose), Enzyme Complex (Amylase, Protease, Cellulase, Beta-D-Galactosidase, Lipase). ° From **MILK** **INGRÉDIENTS** : **Caséine** micellaire° (émulsifiant : lécithine de **soja**), cacao maigre en poudre, arômes, sel, épaississants (gomme de cellulose, carraghénanes, gomme guar), édulcorants (acésulfame-K, sucralose), complexe enzymatique (amylase, protéase, cellulase, béta-D-galactosidase, lipase). ° Issu du **LAIT** **ZUTATEN:** Milcheiweiß **Kasein**° (Emulgator: **Sojalecithin**), fettarmes Kakaopulver, Aroma, Salz, Verdickungsmittel (Cellulosegummi, Carrageen, Guarkernmehl), Süßungsmittel (Acesulfam-K, Sucralose), Enzymkomplex (Amylase, Protease, Cellulase, Beta-D-Galactosidase, Lipase). ° Aus **MILCH** **INGREDIENTE:** **Caseína** micelar° (emulsionante: lecitina de **soja**), cacao magro en polvo, aromas, sal, espesantes (goma de celulosa, carragenanos, goma guar), edulcorantes (acesulfamo K, sucralosa), complejo enzimático (amilasa, proteasa, celulasa, beta-D-galactosidasa, lipasa). ° Derivado de la **LECHE**

**ALLERGEN INFORMATION:** Contains: Milk, Soy (Lecithin). May Contain: Gluten, Egg, Nuts and Peanuts. **INFORMATIONS SUR LES ALLERGÈNES :** Contient : du lait, du soja (lécithine). Peut contenir : du gluten, des œufs, des fruits à coque et des arachides. **HINWEIS FÜR ALLERGIKER:** Enthält: Milch, Soja (Lecithin). Kann enthalten: Gluten, Ei, Schalenfrüchte und Erdnüsse. **INFORMAZIONI ALLERGENICHE:** Contiene: latte, soia (Lecitina). Può contenere: glutine, uova, frutta a guscio e arachidi. **INFORMACIÓN SOBRE ALÉRGENOS:** Contiene: leche, soja (Lecitina). Puede contener: gluten, huevo, frutos de cáscara y cacahuetes.

**DIRECTIONS:**
Gold Standard 100%™ Casein is instantised for easy mixing. Simply add one rounded scoop (33g) to 300-360 ml (10-12 oz) of cold water and blend, shake or stir until powder is completely dissolved. **TIP:** You can adjust flavour by using more or less water. **MODE D'EMPLOI :** Ajoutez une cuillère bombée (33g) de Gold Standard 100% Casein™ à 300-360 ml (10-12 oz) d'eau froide et mélangez, secouez ou remuez jusqu'à ce que la poudre soit complètement dissoute. **CONSEIL :** Vous pouvez ajuster le goût en utilisant plus ou moins d'eau. **ANLEITUNG:** Geben Sie einen gehäuften Messlöffel (33g) Gold Standard 100%™ Casein in 300-360 ml (10-12 oz) kaltes Wasser und mischen, schütteln oder rühren Sie bis das Pulver komplett in Wasser gelöst ist. **TIPP:** Je nach Geschmack mit mehr oder weniger Wasser anrühren. **PROCEDIMENTO:** Aggiungere un cucchiaio abbondante (33g) di Gold Standard 100% Casein™ in 300-360 ml (10-12 oz) di acqua fredda e mescolare, agitare o mischiare fino a quando la polvere si è completamente disciolta. **CONSIGLIO:** Il sapore si può aggiustare usando più o meno acqua. **INSTRUCCIONES DE USO:** Añadir una cucharada colmada (33g) de gold Standard 100% Casein™ a 330-360 ml (10-12 oz) de agua fría y mezclar, agitar o remover hasta que el polvo se haya disuelto completamente. **CONSEJO:** Se puede ajustar el sabor usando más o menos agua.

**STACK YOUR SHAKE:** Customize your Gold Standard 100% Casein™ shake by adding products like Creatine, Glutamine and BCAA Powders.

**SUGGESTED SHAKE UP YOUR SHAKE:** By adding fresh or frozen fruits, peanut butter, flaxseed oil, coconut and other ingredients, you can make an even more delicious shake.

**SUGGESTED USE:** For healthy adults, consume enough protein to meet your daily protein requirements with a combination of high protein foods and protein supplements throughout the day as part of a balanced diet and exercise programme. **SUGGESTION D'UTILISATION :** Les adultes en bonne santé doivent consommer suffisamment de protéines pour satisfaire leur besoin quotidien en protéines en associant des aliments riches en protéines et des compléments protéinés tout au long de la journée dans le cadre d'un régime équilibré et d'un programme d'exercices sportifs. **ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:** Um die tägliche Dosis an Protein zu decken, wird es gesundenen Erwachsenen empfohlen, im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung mit einer Trainingsprogramms, eine Kombination aus proteinreichen Lebensmitteln und Proteinergänzungen aufzunehmen. **USO RACCOMANDATO:** Per soggetti adulti in buona salute, assumere proteine sufficienti a raggiungere un razione giornaliere combinando alimenti ad alto contenuto proteico e proteine supplementari durante la giornata come parte di una dieta bilanciata e un programma di attività fisica. **USO RECOMENDADO:** En el caso de adultos sanos, consumir suficiente proteína para alcanzar las necesidades diarias de proteína con una combinación de alimentos de alto contenido en proteínas y suplementos de proteínas y largo del día como parte de una dieta equilibrada y un programa de ejercicios.

**NOTE:** Not for use by those with pre-existing medical conditions or those taking any medications, those under the age of 18 or women that are pregnant or breast-feeding. **REMARQUE :** Ne pas utiliser chez les personnes souffrant de problèmes de santé connus ou sous traitement médical, chez les personnes âgées de moins de 18 ans ou chez les femmes enceintes ou allaitantes. **HINWEIS:** Nicht geeignet für Personen mit Vorerkrankungen, bei Einnahme verschiedungspflichtiger Medikamente, für Personen unter 18 Jahren, während der Schwangerschaft oder Stillzeit. **NOTA:** Da non somministrare a persone con condizioni mediche esistenti o che assumono qualsiasi tipo di medicinali, a minori di 18 o a donne in stato di gravidanza o durante l'allattamento. **NOTA:** No debe ser consumido por personas con condiciones médicas preexistentes o tomando medicación, por menores de 18 años o por mujeres embarazadas o en período de lactancia.

**NET WT. 450 g**
CHOCOLATE FLAVOUR
READY TO MIX PROTEIN POWDER WITH MICELLAR CASEIN WITH SWEETENERS
**POIDS NET 450 g**
PROTÉINES EN POUDRE PRÊTES À ÊTRE MÉLANGÉES, AU GOÛT CHOCOLAT, AVEC DE LA CASÉINE MICELLAIRE ET AVEC EDULCORANTS
**NETTOGEWICHT 450 g**
PROTEINPULVER MIT ANRÜHRFERTIGES SCHMACK, MIZELLAREM SCHOKOLADENGE KASEIN UND MIT SÜSSUNGSMITTELN
**PESO NETTO 450 g**
POLVERE PROTEICA FRONTA DA MISCELLARE, AL GUSTO DI CIOCCOLATO CON CASEINA MICELLARE E CON EDULCORANTI
**PESO NETO 450 g**
PROTEÍNA EN POLVO LISTA PARA MEZCLAR, CON SABOR A CHOCOLATE, CON CASEÍNA MICELAR Y CON EDULCORANTES