

# Multi Protein 180

## Description du produit

SPONSER Multi Protein 180 est une combinaison de précieuses protéines de lait, de protéines de petit-lait hydrolysées (lactalbumine) et de protéines de blancs d'œufs. Sa très haute teneur en protéines à la valeur biologique de (selon Oser) contribue à la construction ciblée et au maintien d'une masse musculaire performante. Sa palette d'acides aminés, optimale pour la constitution de la masse musculaire répond aux dernières découvertes et représente ainsi le meilleur soutien possible pour les sportifs de force et les bodybuilders, de même que pour les sportifs d'endurance et les personnes actives ayant un besoin accru en protéines.



## Atouts

- Produits de base pour garantir un bilan protéique positif de haute qualité
- Palette d'acides aminés adaptés aux besoins avec une forte proportion d'acides aminés essentiels, BCCA inclus.
- Minimise la réduction musculaire après l'effort et favorise la formation des muscles.
- Délicieux shake contenant 10 vitamines, du calcium, du magnésium et du potassium.

## Utilisation

Idéalement, à prendre en portions réparties sur la journée ou après l'effort.

## Ingrédients

Protéines en poudre, arômes, carbonate de magnésium, farine de graines de guar, xanthane, aspartame, vitamines, acide ascorbique. Contient une source de phénylalanine.



## Arômes / conditionnement / valeur nutritive

baies/vanille	Boîte de 375 g ou
banane	boîte de 750 g
fraise	
coco/ananas	
vanille	
cappuccino	
chocolat	

# Multi Protein 180

valeur nutritive		par 100 g poudre
énergie kJ (kcal)		1510 (355)
protéines		81
glucides		7
lipides		0.4
vitamines		par 100 g poudre
		%ETD*
E	10 mg	100%
C	60 mg	100%
B1	1.4 mg	100%
B2	1.6 mg	100%
B6	2 mg	100%
B12	1 µg	100%
niacine	18 mg	100%
acide folique	200 µg	100%
biotine	150 µg	100%
acide pantothénique	6 mg	100%
sels minéraux		
calcium	475 mg	59%
magnésium	255 mg	85%

\*apport journalier recommandé

acides aminés par g de protéine pure		
essentiels	histidine	31.4 mg
	isoleucine	59.5 mg
	leucine	108.3 mg
	lysine	91.7 mg
	méthionine + cystéine	46.7 mg
	phénylalanine + tyrosine	117.8 mg
	thréonine	55.3 mg
	tryptophane	17.4 mg
	valine	72.2 mg
non essentiels	alanine	30.2 mg
	arginine	31.4 mg
	acide aspartique	66.8 mg
	acide glutamique	137.2 mg
	glycine	17.4 mg
	proline	66.6 mg
	sérine	50.4 mg

Valeur biologique (selon Oser): 180 (œuf entier 155)

Total BCAA (leucine, isoleucine, valine): 240 mg/g de protéine pure