



PROTEIN 50

- DESCRIPTION DU PRODUIT** Barre multiprotéinée à base de 5 sources de protéines différentes. Grâce à sa haute teneur en protéines de 35 g par barre, elle peut remplacer un shake protéiné et constitue ainsi une source de protéines particulièrement appropriée pour le ravitaillement en déplacement. Ne contient que 4.2 g de graisse par barre.
- ATOUTS**
- délicieuse barre chocolatée avec 50% de protéines
 - sans enrobage de chocolat
 - pauvre en lactose
- UTILISATION** Appropriée pour un apport en protéines lors de phases de besoins accrus ou en cas de carence. Grâce à ses sources en protéines tout autant rapidement que lentement disponibles, cette barre est à prendre idéalement 1-2 heures avant un entraînement de force intensif. Egalement adéquat en tant qu'en-cas riche en protéines pour la soirée.
- INGREDIENTS** 5 sources de protéines (protéines de soja 19%, hydrolysate de protéines de blé 15%, gélatine 11%, isolat de protéines de petit-lait 8%, caséinate 5%), humectant glycérol, agent de charge polydextrose, graisse de palmier, cacao dégraissé 3%, pâte de cacao, arômes, édulcorant sucralose, émulsifiant lécithine de soja, 9 vitamines, chlorure de chrome.

VALEUR NUTRITIVE

valeur nutritive**	par 100 g	par barre 70 g
energie kJ (kcal)	1310 (310)	920 (220)
protéines	50 g	35 g
glucides	20 g	14 g
dont		
- sucre	0.7 g	0.5 g
- polyols	17 g	12 g
lipides	6 g	4.2 g
dont		
- acides gras saturés	3 g	2.1 g
fibres alimentaires	5.6 g	4.0 g
sodium	0.43 g	0.3 g

** valeurs moyennes

vitamines	par 100 g	%AJR*	par barre 70 g	%AJR
E	2 mg	20%	1.5 mg	15%
C	12 mg	20%	9 mg	15%
B1	0.28 mg	21%	0.21 mg	15%
B2	0.32 mg	20%	0.24 mg	15%
niacine	3.6 mg	20%	2.7 mg	15%
B6	0.4 mg	20%	0.3 mg	15%
B12	0.2 µg	20%	0.15 µg	15%
biotine	30 µg	20%	22.5 µg	15%
acide pantothénique	1.2 mg	20%	0.9 mg	15%
sels minéraux				
chrome	28 µg	-	20 µg	-

*%AJR = apport journalier recommandé

acides aminés (par 100 g de protéine pure)**		
essentiels	histidine	1.92 g
	isoleucine	3.92 g
	leucine	7.04 g
	lysine	5.00 g
	méthionine – cystéine	2.58 g
	phénylalanine + tyrosine	7.34 g
	thréonine	3.54 g
	tryptophane	1.02 g
	valine	4.28 g
non-essentiels	alanine	4.64 g
	arginine	5.44 g
	acide aspartique	7.86 g
	acide glutamique	24.0 g
	glycine	7.92 g
	proline	9.90 g
sérine	4.44 g	

Total BCAA: 7620 mg/Riegel