

# MySupps

EFFECTIVE SPORTS NUTRITION

# MUSCLE WHEY

CREAMY TASTE IN WATER  
 • ultrafiltered whey protein  
 • 7400 mg BCAA\*

500 g

up to 16 servings

BEFORE

DURING

AFTER



STRAWBERRY-WHITE CHOCOLATE

**MUSCLE WHEY** erleichtert in der Muskelaufbauphase die Proteinversorgung, die für den Muskelzuwachs und die Muskelrehabilitation 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 (50%), Sojaeiweiß-Isolat (35%), Süßmolkenpulver (6,5%), Aroma, Maisstärke, Verdickungsmittel (Guarkeimehl), **Hühnererei-Eiweißpulver** (1%), Emulgator (Soja-Lecithin), Süßungsmittel (Acesulfam K, Natriumcyclamat, Sucralose, Saccharin), Speisesalz, Farbiges Lebensmittel (Rote Bete Pulver), 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:** Intermediate athletes 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 (50%), Soy protein isolate (35%), Sweet whey powder (6.5%), Flavouring, Corn starch, Thickener (Guar gum), Hen egg white powder (1%), Emulsifier (Soy lecithin), Sweeteners (Acesulfam K, Sodium cyclamate, Sucralose, Saccharin), Table salt, Colouring food stuff (Beetroot powder), 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 (50%), isolat de protéine de soja (35%), lactosérum sucré (6,5%), arôme, fécule de maïs, épaississant (farine de graine de guar), poudre de protéines d'œuf (1%), émulsifiants (lécithine de soja), édulcorants (acesulfame K, cyclamate de sodium, sucralose, saccharine), sel, colorant alimentaire (poudre de betterave), agent anti-agglomérant (dioxyde de silicium).

Nährwertangaben	Nutrition facts	Information nutritionnelle	pro/per/par 100 g	pro Portion/ par serving/ par ración <sup>1)</sup>	pro Portion/ par serving/ par ración <sup>2)</sup>
Brennwert	Energy	Valeur énergétique	1630 kJ/(384 kcal)	1081 kJ/(256 kcal)	815 kJ/(192 kcal)
Fett	Fat	Matière grasse	3,5 g	5,8 g	1,7 g
-davon gesättigte Fettsäuren	-thereof sat. fatty acids	-dont acides gras saturés	1,8 g	3,3 g	0,9 g
Kohlenhydrate	Carbohydrates	Glucides	13,4 g	18,4 g	6,7 g
-davon Zucker	-thereof sugar	-dont sucre	8,6 g	17 g	4,3 g
-davon Laktose	-thereof lactose	-dont lactose	8,2 g	16,9 g	4,1 g
Eiweiß	Protein	Protéine	73,7 g	32,2 g	36,9 g
-davon BCAA <sup>3)</sup>	-thereof BCAA <sup>3)</sup>	-cette-ci BCAA <sup>3)</sup>	14,7 g	6,6 g	7,4 g
Salz	Salt	Sel	1,9 g	0,9 g	1 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>3)</sup>BCAA = branched chain amino acids (verzweigete 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 Langzeiternährung bestimmt und sollte nicht als Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern lagern.

**Geschmack:** Erdbeere-Weiße Schokolade.

**Sachbezeichnung Schweiz: Ergänzungsnahrung.**

Ungeöffnet, kühl und trocken aufbewahrt, mindestens halbjähr bis Ende/Los-Nr.: siehe Aufdruck. Nach dem Öffnen schnell aufbrauchen. Vor direkter Wärme und Lichtstrahlung 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:** Strawberry-White 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. À conserver hors de la portée des enfants.

**Parfum:** Fraise-chocolat blanc.

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

Conservé fermé, au frais et au sec, à consommation de préférence avant fin/n° de lot, voir l'inscription. Usage unique directement après l'ouverture. Protéger de la chaleur directe et du rayonnement solaire.

Inhalt/Content/Contenu:

e 500 g

6046



PZN: 104122936

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

**www.my-supps.com**  
 Hergestellt in Deutschland/  
 Made in Germany