

## WHEY PROTEIN+ Cranberry & White Chocolate

- ★ Karpalon ja valkosuklaanmakuinen proteiinijuomajauhe. Makeutettu sokerilla ja sukraloosilla. Soijaton.
- ★ Proteindryckpulver med smak av tranbär och vitchoklad. Sötat med socker och sukralos. Sojafri.
- ★ Cranberry and white chocolate flavoured protein drink powder. Sweetened with sugar and sucralose. Soy free.

600 g pakkaus sisältää n. 20 annosta, à 30 g.  
 600 g förpackningen innehåller ca 20 portioner, à 30 g.  
 600 g package contains ca 20 doses of 30 g each.

| Ravintoarvo/ Näringsvärde/ Nutritional value                               | / 100 g            | / 30 g            | % <sup>a</sup> / 30g |
|--|--------------------|-------------------|----------------------|
| Energiaa/ Energi/ Energy   | 1671 kJ / 399 kcal | 501 kJ / 120 kcal | 6 %                  |
| Rasvaa/ Fett/ Fat  | 6,3 g              | 1,9 g             | 3 %                  |
| josta tyydyttyynyttä rasvaa/<br>varav mättat fett/<br>from which saturated | 4,5 g              | 1,4 g             | 7 %                  |
| Hiliihydraatteja/ Kolhydrat/ Carbohydrates                                 | 13 g               | 3,9 g             | 2 %                  |
| josta sokereita/<br>varav sockerarter/<br>from which sugars                | 12 g               | 3,6 g             | 4 %                  |
| Ravintokuitua/ Näringsfiber/ Dietary fibres                                | 0,3 g              | 0,1 g             |                      |
| Proteiinia/ Protein  | 71 g               | 21 g              | 43 %                 |
| Suolaa/ Salt   | 0,3 g              | 0,1 g             | 2 %                  |
| Laktoosia/ Laktos/ Lactose   | 7,5 g              | 2,3 g             |                      |

Ohjeen mukainen juoma on vähälaktoosinen (laktoosia < 0,7 g / 100 ml).  
 Dryck enligt anvisningar har låg laktoshalt (laktos < 0,7 g / 100 ml).  
 The drink prepared as instructed makes a low lactose shake (lactose < 0,7 g / 100 ml).  
 \*Aikuisen keskiarvoikäntäjän saannin vertailuvuorosta (8400kJ/2000kcal)  
 \*Referensvärdet för en vuxen genomsnittsan vändares dagliga intag (8400 kJ/2000 kcal)  
 \*From daily reference intake for adults (8400 kJ/2000 kcal)

**LEADER**  
SPORTS NUTRITION

# WHEY PROTEIN+

INCREASED  
MUSCLE MASS\*  
& BETTER  
TRAINING OUTPUT

**1. before**  
**2. during**  
**3. after**

**LOW LACTOSE DRINK**  
1 dose (30 g)

**PROTEIN**  
21 g

**FAT**  
1,9 g

**ENERGY**  
120kcal

**CARBOH.**  
3,9

**600 g /**  
20 doses

**Ainesosat:** Heraproteiinkonsentraatti 89 % (maidosta), maitojauhe, karpalouute 1,1 %, aromit, vanilliinisoikeri, sakeuttamaisaine (karrageeni), makeutusaine (sukraloosi), kaakao, suola, paakkuuntumisenestoaine (piidioksididi).

**Ingredienser:** Vassleproteiinkonsentraat 89 % (av mjölk), mjölkpulver, tranbärextrakt 1,1 %, aromer, vaniljsocker, förtjockningsmedel (karrageenan), sötningsmedel (sukralos), kakao, salt, klumpförebyggande medel (kiseldioxid).

**Ingredients:** Whey protein concentrate 89% (from milk), milk powder, cranberry extract 1,1 %, flavouring, vanillin sugar, thickening agent (carrageenan), sweetener (sucralose), cocoa, salt, anti-caking agent (silicon dioxide).

**Annostus ja käyttötarkoitus:** Whey proteiinijuomajauheesta saa valmistettua vähälaktoosisen proteiinijuoman sekoittamalla jauheen veteen seuraavan ohjeen mukaisesti: Sekoita 30 g annos (= ~ 1 dl) 3 dl:aan vettä. Ravistele shakerissa (kannellinen sekoituspurkki) tai sekoita vispilällä tai tehosekoittajalla. Juo 1-3 annosta päivässä osana ateriaa, välipalana tai välittömästi harjoittelun jälkeen. Sopii päivittäiseksi proteiinilisäksi urheilijoille ja kuntoilijoille.

**Dosering och användningsändamål:** Whey proteindryckpulver kan framställas till en låglaktos proteindryck genom att blanda pulvret i vatten enligt följande: Blanda en 30 g portion (= ~ 1 dl) i 3 dl vatten. Skaka om i shaker (lockförsedd blandningsburk) eller blanda med visp eller blender. Drick 1-3 portioner om dagen som en del av en måltid, som mellanmål eller direkt efter träning. Passar som dagligt proteintillskott för idrottare och motionärer.

**Dosage and use:** You can prepare a low lactose drink by mixing Whey protein drink powder as follows: Mix 30 g of powder (= ~ 1 dl) with 3 dl of water. Use a shaker (a mixing jar with a lid), a whisk or a blender. Consume 1-3 doses a day with a meal, as a snack or immediately after workout. Suited as a daily protein supplement for athletes and fitness enthusiasts.

**Säilytys/Förvaring/Storage:** Kuivassa, viileässä paikassa poissa suorasta auringonpaisteesta./ På torr, sval plats skyddad mot direkt solljus./ In a dry cool place protected against direct sun.

\*Proteiini edistää lihassmassan säilymistä ja kasvuja.

\*Protein bidrar till att bibehålla och öka muskelmassan./

\*Protein promotes preservation and growth of muscular mass.

Nauti osana monipuolista ruokavaliota ja terveellistä elämäntapaa./ Används som en del av en mångsidig kost och en hälsosam livsstil./ Enjoy as a part of a versatile diet and healthy lifestyle.

