

# WHEY

**Maustamaton proteiiniuomajuuho. Gluteniton.**  
**Icke smaksatt proteindryckspulver. Glutenfritt.**  
**Unflavoured protein drink powder. Gluten-free.**  
**Proteinpulver uten tilsatt smak. Glutenfritt.**  
**Magustamata proteiinjuogi pulber. Gluteenivaba.**  
**Nicht aromatisiertes Eiweißgetränkpulver. Glutenfrei.**

Juo 1–3 annosta päivässä osana ateriaa, välipalana tai välttömästi harjoittelun jälkeen. Sopii päivittäiseksi proteiinilisäksi urheilijoille ja kuntoilijoille. Nauti osana monipuolista ruokavaliota ja terveellistä elämäntapaa.

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. Används som en del av en mångsidig kost och en hälsosam livsstil.

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. Enjoy as a part of a versatile diet and healthy lifestyle.

Drikk 1–3 porsjoner om dagen som en del av et måltid, som mellommål eller umiddelbart etter trening. Passer som daglig proteintilskudd for idrettsutøvere og mosjonister. Nyt som en del av et allsidig kosthold og en sunn livsstil.

Joo 1–3 annust päevas koos einega, ooteks või kohe peale treeningut. Sobib igapäevaseks proteiinilisandiks sportlastele ja tervisesportlastele. Kasuta mitmekülgse toitumise ja tervislike eluviiside osana.

Trinken Sie als Teil einer Mahlzeit, als Zwischenmahlzeit oder direkt nach dem Training 1–3 Portionen pro Tag. Als tägliche Eiweißzugabe für Sportler und Fitnessbegeisterte geeignet. Als Teil einer vielseitigen Nahrung und gesunden Lebensweise zu genießen.

**Ainesosat:** Heraproteiinkonsentraatti maidosta, emulgointiaine (soijalesitiini).  
**Ingredienser:** Vassleproteinkoncentrat av mjölk, emulgeringsmedel (sojalecithin).  
**Ingrediens:** Whey protein concentrate from milk, emulsifier (soy lecithin).  
**Ingredienser:** Myseproteinkoncentrat av melk, emulgeringsmiddel (soyalestin).  
**Koostis:** Vadakuproteiinkonsentraat piimast, emulgaator (sojalecithin).  
**Zutaten:** Molkenproteinkonzentrat aus Milch, Emulgator (Sojalecithin).

Proteiini edistää lihasmassan säilymistä ja kasvua/Protein bidrar till att bibehålla och öka muskelmassan/Protein promotes the maintenance and growth of muscle mass/Protein fremmer vedlikehold og vekst av muskelmassen/Protein soodustab lihasmassi säilimist ja kasvu/ Eiweiß trägt zur Aufrechterhaltung der Muskelmasse und zum Muskelwachstum bei.

Veteen valmistettu juoma-annos on vähälaktoosinen (laktoosia < 1 g / 100 ml).  
Dryckportion blandad i vatten har låg laktoshalt (laktos < 1 g / 100 ml).  
When prepared with water, this is a low-lactose drink (lactose < 1 g / 100 ml).  
Drikkepsjonjen laget med vann har lav laktose (laktose < 1 g / 100 ml).  
Veega segatud juogi annus on vähese laktoosisisaldusega (laktoosi < 1 g / 100 ml).  
Das mit Wasser zubereitete Getränk ist laktoosearm (Laktose < 1 g / 100 ml).

- Finland Käyttöohje:** Sekoita 30 g annos (= ~ 1 dl) 3 dl:aan vettä, maitoa tai mehua 1-3 kertaa päivässä. Ravistele shakerissa (kannellinen sekoituspurkki) tai sekoita vispilällä tai tehosekoittajalla.
- Sweden Bruksanvisning:** Blanda en 30 g portion (= ~ 1 dl) i 3 dl vatten, mjölk eller saft 1-3 gånger dagligen. Skaka om i shaker (lockförsedd blandningsburk) eller blanda med visp eller blender.
- United Kingdom Instructions for use:** Mix 30 g of powder (= ~ 1 dl) with 3 dl of water, milk or juice 1-3 times a day. Use a shaker (a mixing jar with lid), a whisk or a blender.
- Norway Bruksanvisning:** Bland en 30 g porsjon (= ~ 1 dl) i 3 dl vann, mjölk eller saft 1-3 ganger om dagen. Rist i en shaker (blandeboks med lokk) eller bland med visp eller blender.
- Denmark Kasutusjuhend:** Sega 30 g (= ~ 1 dl) pulbrit 3 dl vee, piima või mahla hulka 1 - 3 korda päevas. Raputa shakeris (kaanega segamispurk) või sega vispli või nuumikseriga.
- Germany Gebrauchsanweisung:** Vermischen Sie 1-3 Mal täglich 30 g Pulver (= ~ 100 ml) mit 300 ml Wasser, Milch oder Saft. Im Shaker (Mixbecher mit Deckel) schütteln, mit einem Schneebesen vermischen oder im Mixer mischen.

Ravintoarvo/ Näringsvärde/ Nutritional value/ Næringsinnhold/ Toiteväärtus/Nährwerte	100 g	30 g	%*
Energia/Energi/Energy/Energiat/Energie, (kJ/kcal) .....	1732 / 414	520 / 124	6 %
Rasvat/Fetter/Fett/Fat/Rasvad/Fette, (g) .....	7,3	2,2	3 %
tydyttyneet/mättade/mettet/saturated/küllastatud/gesättigte (g) .....	3,9	1,2	6 %
Hiilihydraatteja/Kolhydrater/Karbohydrat/Carbohydrates/Süsivesikuid/Kohlenhydrate, (g) .....	8,0	2,4	1 %
justa sokereita/sockerarter/hvorav sukker/of which sugars/millest suhkrut/ hiervon Zucker, (g) .....	8,0	2,4	3 %
Ravintokuitua/Fiber/Fibre/Toidu kiudained/Ballaststoffe, (g) .....	0,0	0,0	
Proteiinia/Protein/Proteiini/Eiweiß, (g) .....	78	23	47 %
Suolaa/Salt/Soola/Salz, (g) .....	0,40	0,12	2 %
Laktoosia/Laktos/Lactose/Laktose/Laktoos (g) .....	8,0	2,4	

\*Äikuisen keskvirtokäyttäjän saannin vertailuarvo (8400kJ/2000kcal) / Referensintag för en genomsnittlig vuxen (8400kJ/2000kcal) / Referanseinntak for en gjennomsnittlig voksen (8400kJ/2000kcal) / Reference intake of an average adult (8,400 kJ/2,000 kcal) / Täiskasvanud keskmise tarbija võrdluskoos (8400kJ/2000kcal) / Referenzwert der Nahrungsaufnahme eines durchschnittlichen Erwachsenen (8400 kJ/2000 kcal)

**Pakkaaja/Förpackare/Packed by/  
Paket av/Pakkija/Verpackung:  
LEADER FOODS OY**  
Virkkatie 8, 01510 Vantaa, Finland  
Tel: +358983647310  
www.leader.fi  
**Asiakaspalautte/Kundresponser/  
Customer feedback/Tilbakemelding  
fra kunder/Kliendi tagasiside/  
Kundenfeedback:** feedback@leader.fi  
**Pakattu Suomessa/Förpackad i Finland/Packed in Finland/Pakket i Finland/  
Pakitud Soomes/Verpackt in Finnland**

**Säilytys/Förvaring/Storage/Oppbevaring/  
Säilitamine/Lagerung:**  
Kuivassa, viileässä paikassa poissa suorasta auringonpaisteesta.  
På torr, sval plats och skyddad mot direkt solljus.  
In a dry, cool place, away from direct sunlight.  
På et tørt sted beskyttet mot direkte sollys.  
Kuivas, jahedas, otse päikesevalguse eest kaitsult.  
An einem trockenen, kühlen Ort, vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt.

Eränumero ja parasta ennen/Partinummer och bäst före/Batch number and best before date/Partinummer och best før/Partii number ja parim enne/Chargennummer und Mindesthaltbarkeitsdatum:  
Pakkaus sisältää n. 16 annosta, ä 30 g./Förpackningen innehåller ca 16 portioner, ä 30 g./The package contains ca 16 doses of 30 g each./Pakningen inneholder ca. 16 porsjoner, ä 30 g./Pakendis on u 16 annust ä 30 g./Die Packung enthält ca. 16 Portionen ä 30 g.

Parasta ennen & eräno./  
TÄHÄN!  
ÄLÄ PAINA TÄTÄ  
TEKSTIÄ!

Paino/Vikt/Weight/Vekt/Kaal/Gewicht: **500g**



6 43005 151969 7