

Angaben zu ProVista® Bio 100, Schoko

Zubereitung: 30 g Pulver und 300 ml kaltes Wasser oder fettarme (Bio) Milch (1,5% Fett) in einen Rührbecher oder Shaker geben und mind. 20 Sekunden gut verrühren bzw. schütteln. Nach Wunsch können Sie Ihren Bio-Eiweißdrink mit (Bio) Zucker oder (Bio) Honig nachsüßen oder in Milch anrühren. Bitte beachten Sie in diesen Fällen die Veränderung der Nährwertangaben.

Zutaten: Milcheiweiß*, Rohrzucker*, Kakaopulver stark entölt*, Aroma*

*Aus biologischem Anbau

DE-006-Öko-Kontrollstelle

PZN: 0076977

Durchschnittliche

Nährwerte:	pro 100 g	pro Portion* (30 g Pulver)
Brennwert	1585 kJ/379 kcal	478 kJ/114 kcal
Eiweiß	70,3 g	21,1 g
Kohlenhydrate	14,6 g	4,4 g
davon Zucker	13,7 g	4,1 g
Fett	3,4 g	1,0 g
davon		
- gesättigte Fettsäuren	1,8 g	0,5 g
Ballaststoffe	1,1 g	0,3 g
Natrium	0,1 g	<0,1 g
BE	1,21	,36

Aminosäurebilanz:

Essentielle Aminosäuren

pro 100 g Eiweiß

L-Isoleucin	5,7 g
L-Leucin	9,1 g
L-Lysin	7,3 g
L-Valin	5,9 g
L-Phenylalanin	4,4 g
L-Threonin	4,6 g
L-Methionin	2,7 g
L-Tryptophan	1,3 g

Semiessentielle- und sonstige Aminosäuren

L-Glutamin/Glutaminsäure	20,9 g
L-Aspargin/Asparaginsäure	6,4 g
L-Arginin	3,4 g
L-Prolin	9,6 g
L-Serin	5,6 g
L-Alanin	2,7 g
Glycin	1,7 g
L-Tyrosin	5,0 g
L-Histidin	3,2 g
L-Cystein	0,5 g
Gesamt	100,0 g

*Portionsgröße: 30 g Pulver in 300 ml Wasser

Hinweis: Die errechneten Werte sind gerundete Durchschnittswerte und unterliegen den natürlichen Schwankungen der Rohstoffe. Die Energiewerte können bei Zugabe von Zucker oder Honig bzw. bei der Eiweißanreicherung von Getränken, Süßspeisen und Müslis abweichen!