

## PLANTOFIT

„Nahrungsergänzungsmittel für intensive Muskelanstrengungen – insbesondere beim Sportler – zur gezielten Zufuhr einer hochwertigen 3-Komponenten-pflanzenproteinmischung mit Zusatz von 9 Vitaminen, Magnesium, Zink, Selen, freiem Arginin und Taurin – für ein energiereduziertes Proteingetränk mit Süßungsmitteln“

- frei von Cholesterin.
- zur besonderen Ernährung im Rahmen eines Diätplans.

Plantofit ist ein hochwertiges Gemisch pflanzlicher Proteine, das insbesondere nach erschöpfenden sportlichen Belastungen zur guten Ausnutzung des Trainingseffektes verwendet wird.

### ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

25 g B6 Plantofit (2 gehäufte Esslöffel) in 250 ml Milch (1,5%) einrühren.

Plantofit kann auch in 1,5% Milch angerührt werden: Dadurch erhöht sich in der Portion die Proteinzufuhr auf 28,5g und es ergibt sich nach KOFRANYI eine erhöhte biologische Wertigkeit [pro Portion dann ca. 13g Kohlenhydrate, 4g Fett sowie Energie ca. 200Kcal/840K] pro Portion).

### VERZEHREMPFEHLUNG:

An Tagen mit erschöpfenden sportlichen Belastungen 1 Portion (25g = Messbecher in Wasser) unmittelbar nach der Belastung und eine weitere Portion 2 Stunden danach. Bei sehr hohen Belastungen (z.B. im Kraftsport) können 2 weitere Portionen frühmorgens und am Tag sinnvoll sein. An Tagen ohne Training 1 bis 2 Portion.

### ZUTATEN:

Sojaproteinisolat, Reisweiß, Erbsenweiß, Aroma, L-Arginin, Taurin, Verdickungsmittel Guarkernmehl, Zimt, Magnesiumcitrat, Süßungsmittel Acesulfam K und Sucralose, Vitaminmischung (Vitamin C, Vitamin E-Acetat, Nicotinsäureamid, Calciumpantothenat, Vitamin B2, B6-Hydrochlorid, B1-Nitrat, Folsäure, Vitamin B12), Zinkgluconat, Natriumselenit.

### HINWEIS:

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge sollte nicht überschritten werden. Das Nahrungsergänzungsmittel ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise. Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern.

Ungeöffnet haltbar bis: siehe Dosenboden. Angebrochene Dose gut verschließen. Trocken und nicht über Zimmertemperatur lagern, möglichst bald aufbrauchen.

„Food supplement for intense muscle effort mainly by sportsmen providing a valuable combination of plant proteins, vitamin, minerals, free arginine and taurine – for an energy reduced protein drink with sweeteners“

- free of cholesterol.
- for special dietetic nutrition.

Plantofit is a protein mixture with elevated biological value mainly for regeneration after exhausting exercise of sportmen.

### RECOMMENDATION:

25 g B6 Plantofit (2 heaped table spoons) are stirred into 250 ml skin milk (1,5%).

Plantofit may be prepared with 1,5% fat-milk than providing 28,5g four component Protein, 13g carbohydrates, 4g fat and 200Kcal or 840k] energy.

### RECOMMENDATION FOR USE:

On day with exhausting exercise take one portion (25g = enclosed cup in 250ml water) immediately after the effort and another portion 2 hours later. In case of extreme effort 2 further portions may be used. On days without effort take 1 to 2 portions.

### INGREDIENTS:

Soy protein, rice protein, pea protein, flavor, L-arginine, taurine, thickener guar gum, cinnamon, magnesium citrate, sweeteners acesulfame K and sucralose, vitamin mixture (vitamin C, vitamin E acetate, nicotinamide, calcium pantothenate, vitamin B2, B6 hydrochloride, B1 nitrate, folic acid, vitamin B12), zinc gluconate, sodium selenite.

### ADVICE:

The recommended daily dosage should not be exceeded. The dietary supplement is not a substitute for a varied and balanced diet and healthy lifestyle. The product should be stored out of the reach of small children.

Unopened best before: see bottom. Store opened can closed, dry and not above room temperature, consume within some weeks.

# Plantofit

APPEL-ZIMT

APPEL-CINNAMON

## NÄHRWERTE / NUTRITION FACTS:

	Pro/per 100 g	pro Portion (25 g/ 250 ml Milch/Milk 1,5 %)
Brennwert / energy	1508 kJ / 360 kcal	889 kJ / 213 kcal
Fett / fat	2,1 g	4,5 g
• davon gesättigte Fettsäuren / saturated fatty acids	0,8 g	2,7 g
Kohlenhydrate / carbohydrates	4,7 g	13,2 g
• davon Zucker / of which sugars	0,5 g	11,6 g
Eiweiß / protein	80,8 g	28,7 g
Salt / salt	2,98 g	1,04 g
L-Arginin / L-Arginine	1000 mg	250 mg
Taurin / Taurine	1000 mg	250 mg

## VITAMINE / VITAMINS

	pro / per 100 g Pulver / powder	%RDA*	pro / per Portion (25 g/ 250 ml Milch / milk 1,5 %)	%RDA*
Vitamin (e) C	287,1 mg	359	76,8 mg	96
Vitamin (e) E	55,1 mg	459	13,8 mg	115
Niacin (e)	50,0 mg	313	14,8 mg	93
Pantothensäure / pantothenic acid	21,8 mg	364	5,5 mg	92
Vitamin (e) B2	7,1 mg	505	2,2 mg	157
Vitamin (e) B6	6,2 mg	442	1,7 mg	121
Vitamin (e) B1	4,4 mg	404	1,2 mg	109
Folsäure / folic acid	930 µg	454	237,5 µg	119
Vitamin (e) B12	13,9 µg	557	4,5 µg	180

## MINERALSTOFFE / MINERALS

	pro / per 100 g Pulver / powder	%RDA*	pro / per Portion (25 g/ 250 ml Milch / milk 1,5 %)	%RDA*
Magnesium	120 mg	32	30 mg	8
Zink / zinc	10 mg	100	2,5 mg	25
Selen (e)	35 µg	64	8,8 µg	16

Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmitteln für Sportler.  
Nutritional supplements for athletes with sweeteners.



INHALT / CONTENT:

500 g e



\*empfohlene Mindestzufuhr nach EU-Kennzeichnungsrichtlinie  
Recommended Daily Allowances = empfohlene Tagesdosis