

SWEETENED WITH STEVIA WHOLE OATS + MILK PROTEIN + LACTASE

F Recommendation: Mélangez 60 g de poudre (2 cuillères doseuses) avec 200 ml d'eau chaude et remuez bien. Laissez refroidir quelques minutes, puis agrémentez de fruits et/ou de fruits à coque selon vos envies. Dégustez votre **PROTEIN PORRIDGE** au petit-déjeuner, au goûter ou avant votre séance d'entraînement. **Ingédients :** Concentré de protéines de **lait**, flocons d'**avoine**, fibres de racine de chicorée, maltodextrine, fibres de psyllium en poudre, sel, lactase, maltodextrine, édulcorant : glycosides de stéviol dérivés de la stévia. **Protéines de lait et flocons d'avoine pour la préparation d'un porridge protéiné. Avec édulcorant. Saveur : Neutre.** Non ouvert et conservé au sec, à consommer de préférence avant / N° de lot : voir au dos. + contient naturellement du sucre

IT Raccomandazione: Mescolare 60 g di polvere (2 misurini) con 200 ml di acqua calda e mescolare bene. Lasciare raffreddare per qualche minuto, quindi guarnire con frutta e/o frutta secca a piacere. Gustate il vostro **PROTEIN PORRIDGE** a colazione, come spuntino o prima dell'allenamento. **Ingredienti:** Concentrato di proteine del **latte**, fiocchi d'**avena**, fibra di radice di cicoria, maltodestrina, fibra di psillio in polvere, sale, lattasi, maltodestrina, edulcorante: glicosidi steviolici derivati dalla Stevia. **Proteine del latte con fiocchi d'avena per la preparazione di un porridge proteico. Con edulcorante. Gusto: Neutro.** Non aperto e conservato in luogo asciutto, da consumarsi preferibilmente entro / N. lotto: vedi in fondo. + contiene zuccheri naturali

ES Recomendación: Mezclar 60 g de polvo (2 cucharadas dosificadoras) con 200 ml de agua caliente y remover bien. Dejar enfriar unos minutos y, a continuación, añadir fruta y/o frutos secos al gusto. Disfruta de tu **PROTEIN PORRIDGE** en el desayuno, como tentempié o antes del entrenamiento. **Ingredientes:** Concentrado de proteínas de **leche**, copos de **avena**, fibra de raíz de achicoria, maltodextrina, fibra de psyllium en polvo, sal, lactasa, maltodextrina, edulcorante: glucósidos de esteviol derivados de la stevia. **Proteínas de leche con copos de avena para la preparación de unas gachas proteicas. Con edulcorante. Sabor: Neutro.** Sin abrir y conservado en un lugar seco. Fecha de consumo preferente/N.º de lote: véase la parte inferior. + contiene azúcares de origen natural

CZ Doporučení: Smíchejte 60 g prášku (2 odměrky) s 200 ml teplé vody a dobře promíchejte. Nechte několik minut vychladnout a poté podle chuti ozdobte ovocem a/nebo sušeným ovocem. Vychutnejte si svou **PROTEIN PORRIDGE** k snídani, jako svačinu nebo před tréninkem. **Složení:** Koncentrát **mléčných** bílkovin, **ovesné** vločky, vláknina z kořene čekanky, maltodextrin, prášková psylliová vláknina, sůl, laktáza, maltodextrin, sladidlo: steviol-glykosidy získané ze stévie. **Mléčné bílkoviny s ovesnými vločkami pro přípravu proteinové kaše. S obsahem sladidla. Příchut: Neutrální.** Neotevřené a skladované v suchu, spotřeba do / č. šarže: viz spodní strana. + obsahuje přirozeně cukr

NL Aanbeveling: Meng 60 g poeder (2 maatlepels) met 200 ml warm water en roer goed door. Laat het een paar minuten afkoelen en gaarne vervolgens naar smaak met fruit en/of gedroogd fruit. Geniet van je **PROTEIN PORRIDGE** als ontbijt, tussendoortje of vóór de training. **Ingrediënten:** Melkeiwitconcentraat, **havervlokken**, cichoreiwortelvezel, maltodextrine, psylliumvezelpoeder, zout, lactase, maltodextrine, zoetstof: steviolglycosiden afkomstig van Stevia. **Melkeiwitten met havervlokken voor de bereiding van een eiwitrijke pap. Met zoetstof. Smaak: Neutraal.** Ongeopend en droog bewaren. Ten minste houdbaar tot/Partijnummer: zie onderkant. + bevat van nature suiker

PL Zalecenie: Wymieszaj 60 g proszku (2 miarki) z 200 ml ciepłej wody i dobrze wymieszaj. Odstaw na kilka minut, aby ostygło, a następnie dodaj według uznania owoce i/lub suszone owoce. Ciesz się swoją **PROTEIN PORRIDGE** na śniadanie, jako przekąskę lub przed treningiem. **Składniki:** Koncentrat **białka** mlecznego, płatki **owsiane**, błonnik z korzenia cykori, maltodekstryna, proszek z błonnika psyllium, sól, laktaza, maltodekstryna, substancja słodząca: glikozydy stewiowe pochodzące ze stewii. **Białka mleczne z płatkami owsianymi do przygotowania owsianki bogatej w białko. Zawiera substancję słodzącą. Smak: Neutralny.** Przechowywać w zamkniętym opakowaniu w suchym miejscu. Termin przydatności do spożycia: patrz spód opakowania. Numer partii: patrz spód opakowania. + zawiera naturalnie występujący cukier



4 250031 329335

Ungeöffnet und trocken aufbewahrt, mindestens haltbar bis/Lot-Nr.: siehe Boden. Not opened and stored dry best before/Lot-Nr.: see bottom.

10 Portionen / Servings
Portions / Porzioni / Raciones **all-stars.de**

AS
all stars

PROTEIN
PORRIDGE
NO SUGAR ADDED+
HIGH PROTEIN & OATS

600g | NEUTRAL
FLAVOR



NÄHRWERTANGABEN / SUPPLEMENT FACTS			
INFORMATIONS NUTRITIONNELLES / INFORMAZIONI NUTRIZIONALI / INFORMACIÓN NUTRICIONAL			
	pro/per 100g	pro/per Portion (60g)*	
Energie/ Energy /Énergie/Energia/Energia	1491kJ/353kcal	895kJ/212kcal	
Fett/Total Fat/Gras/Grasso/Grasa	2,5g	1,5g	
davon gesättigte Fettsäuren/Of which Saturates	0,7g	0,4g	
Acides gras saturés/Acidi grassi saturi/Ácidos grasos saturados			
Kohlenhydrate/Total Carbohydrates	26g	16g	
Glucides/Carboidrati/Hidratos de carbono			
davon Zucker/Sugar/Sucre/Zucchero/Azúcar	4,2g	2,5g	
Ballaststoffe/Fibre/Fibra	11g	6,6g	
Eiweiss/Protein/Proteina/Proteine/Proteina	51g	31g	
Salz/Salt/Sel/Sale/Sal	0,83g	0,50g	
AMINOSÄURENPROFIL / AMINO ACID PROFILE		pro/per Portion (60g)	
ACIDES AMINÉS / AMINOACIDI / AMINOÁCIDOS			
L-Alanin/e	0,8g	L-Histidin/e	0,6g
L-Arginin/e	0,8g	L-ISOLEUCIN/E (BCAA)	1,1g
L-Asparaginsäure	1,3g	L-LEUCIN/E (BCAA)	2,3g
L-Cystein/e	0,1g	L-Lysin/e	1,9g
L-Glutaminsäure	4,8g	L-Methionin/e	0,6g
L-Glycin/e	0,4g	L-Tyrosin/e	1,2g
		L-VALIN/E (BCAA)	1,5g
* 60g Pulver/ powder in 200ml Wasser/ water			

D Verzehrempfehlung: 60g Pulver (2 Messlöffel) mit 200ml heissem Wasser übergießen und gut verrühren. Anschließend einige Minuten abkühlen lassen und nach Wunsch mit Früchten und/oder Nüssen garnieren. Geniesse deinen **PROTEIN PORRIDGE** zum Frühstück, zwischendurch oder vor dem Training. **Zutaten:** Milcheiweiss-Konzentrat, **Haferflocken**, Zichorienwurzelfasern, Maltodextrin, Psylliumfaserpulver, Salz, Laktase, Maltodextrin, Süßungsmittel: Steviolglykoside aus Stevia. **Milcheiweiss mit Haferflocken zur Zubereitung von Protein-Porridge. Mit Süßungsmittel. Geschmack: Neutral**

UK Recommendation: Mix 60 g of powder (2 scoops) with 200ml hot water and stir well. Let it cool for a few minutes, then garnish with fruits and/or nuts as desired. Enjoy your **PROTEIN PORRIDGE** for breakfast, as a snack, or before your workout. **Ingredients:** Milk-protein concentrate, **oat flakes**, chicory root fibre, maltodextrin, psyllium fibre powder, salt, lactase, maltodextrin, sweetener: steviol glycosides from Stevia. **Milk protein with oat flakes for preparing a protein porridge. With sweetener. Flavor: Neutral**

+ enthält von Natur aus Zucker / contains naturally occurring sugars

Art.-Nr. 2933 08/26
Inhalt / Content

600 g e

Hergestellt für: ALL STARS Fitness Products GmbH, Bachstrasse 99
DE-82380 Peißenberg, Hotline +49 8803/637 40, www.all-stars.de
Importeur CH/FL: ICM, Wirtschaftspark 31, Postfach 55, 9492 Eschen/FL

