

Neutrale Molkenprotein-Nahrungsergänzungsmittel in Pulverform mit hohem Leucin-Gehalt*

*Molken-Proteine sind natürlich reich an Leucin, einer essentiellen Aminosäure, die den Muskelaufbau fördert.

Wie anwenden

- kann warmen und kalten Speisen/Getränken zugegeben werden

Ziel: Behandlung und Prävention von Muskelmassenverlust im Alter

- belegte Molken-Protein Dosierung für eine Zunahme der Muskelmasse bei Menschen im Alter 65+ ist 20 Gramm (g) pro Tag¹.

Produkt	Protein (g) pro 100 g Pulver	Leucingehalt (g) pro 100 g Pulver	Preis pro 10 g (ungefähre Angaben)
Moltein® Ready2Mix / Omanda Proteinreiche Trinknahrung angereichert mit L-Leucin, entwickelt fuer Alters- und krankheitsbedingte Proteinmangelernaehrung	89.3 g	23.7	CHF 1.24 400 g Dose: CHF 49.50
Resource® Whey Protein / Nestlé Geschmackneutrales Proteinpulver mit 88% Molkenproteingehalt	88 g	10.6 g	CHF 0.90 300 g Dose: CHF 26.00
Fresubin® Protein Powder / Fresenius Kabi Molkeneiweisskonzentrat	87 g	8.6 g	CHF 0.90 300 g Dose: CHF 26.00
Whey Protein 94 / Sponser Molkenproteinisolat	90 g	11.6 g	CHF 0.65 850 g Dose: CHF 53.00
Ironmaxx 100% Whey Protein / Powerfood	77.3 g	11.0 g	CHF 0.39 900g Dose: CHF 34.90
Prostar 100% Whey / Ultimate Nutrition	82.0 g	3.91 g	CHF 0.44 900g Dose: CHF 39.90
CFM Whey Protein / Lee-Sport	80.0 g	11.7 g	CHF 0.26 1000g Beutel: CHF 25.90
Bio Whey Protein / Lee-Sport Aus bio-zertifizierter Landwirtschaft, ohne Zusatzstoffe und Konservierungsmittel	77.0 g	10.5 g	CHF 0.49 300g Dose: CHF 14.60
Whey Protein / Foodspring	81.0 g	9.0 g	CHF 0.67 750g Dose: CHF 49.90
Impact Whey Protein / Myprotein	82.0 g	10.6 g	CHF 0.34 250g Beutel: CHF 8.50

Alternativen zu Molken-Protein

Produkt	Protein (g) pro 100 g Pulver	Leucin (g) pro 100 g Pulver	Preis pro 10 g (ungefähre Angaben)
Erbsen Protein / Raab Vitalfood vegan, bio-zertifiziert	80 g	6.58 g	CHF 0.60 300g Dose: CHF 18.00
Lupinen Protein vegan, bio-zertifiziert	34 g	7.2 g	CHF 0.32 500g Dose: CHF 15.60

Links für weitere Produktinformationen

Produkt	Hersteller	Link
Moltein®	Omanda	www.omanda.ch
Resource® Whey Protein	Nestlé	https://www.nestlehealthscience.ch/de/marken/resource/proteinreiche-ergaenzungsnahrung/resource-whey-protein
Fresubin® Protein Powder	Fresenius Kabi	https://www.fresenius-kabi.de/fresubin_protein_powder.htm
Whey Protein 94	Sponser	http://www.sponser.ch/ch-de/whey-protein-94.html
Ironmaxx 100% Whey Protein	Ironmaxx	https://www.powerfood.ch/de/detail/index/sArticle/2015/sCategory/309
Prostar 100% Whey	Ultimate Nutrition	https://www.sportbenzin.ch/shop/de/ultimate-nutrition/prostar-100-whey-protein/
CFM Whey Protein	Lee-Sport	https://whey-protein.ch/cfm-whey-protein/
Bio Whey Protein	Lee-Sport	https://whey-protein.ch/bio-whey-protein/
Whey Protein	Foodspring	https://www.foodspring.ch/whey-protein
Impact Whey Protein	Myprotein	https://www.myprotein.ch/sporternahrung/impact-whey-protein/10530943.html
Erbsen Protein	Raab Vitalfood	https://www.vitalabo.ch/de-CH/raab-vitalfood/bio-erbsenprotein
Lupinen Protein	Raab Vitalfood	https://www.vitalabo.ch/de-CH/raab-vitalfood/bio-lupinen-protein-mehl

Referenzen

1. Komar B, Schwingshackl L, Hoffmann G. Effects of leucine-rich protein supplements on anthropometric parameter and muscle strength in the elderly: a systematic review and meta-analysis. *J Nutr Health Aging*. 2015;19(4):437-446.

Stand 18.01.2019; Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.