

**DE ZUTATEN:** Milcheiweiß 30% (Calciumcaseinat, Molkenprotein), Glukosesirup, Vollmilch-Schokolade 16% (Zucker, Kakaobutter, Vollmilchpulver, Kakaomasse, Emulgator (Sojalecithin), Vanilleextrakt), Oligofruktosesirup, Erdnussmus 10%, Fruktosesirup, Feuchthaltemittel (Glycerin), Natürliches Erdnuss-Aroma (enthält Sesam), Emulgator (Sojalecithin), Salz, Vitamin C, Niacin, Vitamin E, Pantothensäure, Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin B<sub>2</sub>, Vitamin B<sub>1</sub>, Folsäure, Biotin, Vitamin B<sub>12</sub>.  
Kann Spuren von Haselnüssen und Mandeln enthalten.

**EN INGREDIENTS:** Milk Protein 30% (calcium caseinate, whey protein), Glucose Syrup, Milk Chocolate 16% (Sugar, Cocoa Butter, Milk Powder, Cocoa Mass, Emulsifier (Soya lecithin), vanilla extract), Oligofructose Syrup, Peanut Cream 10%, Fructose Syrup, Humectant (Glycerol), Natural peanut flavour (contains sesame), Emulsifier (Soya Lecithin), Salt, Vitamin C, Niacin, Vitamin E, Pantothenic Acid, Vitamin B<sub>6</sub>, Vitamin B<sub>2</sub>, Vitamin B<sub>1</sub>, Folic Acid, Biotin, Vitamin B<sub>12</sub>.  
May contain traces of hazelnuts and almonds.

**HINWEIS:** Achten Sie auf eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.  
**CAUTION:** Please note that it is important to ensure a varied and balanced diet and a healthy lifestyle.



**PM-International AG**  
An der Hofweide 17  
67346 Speyer, Germany  
www.filine.com

Aminosäurenprofil Amino acids profile	pro 100 g Riegel <sup>3</sup> per 100 g bar <sup>3</sup>
L-Alanin / L-Alanine	1200 mg
L-Arginin / L-Arginine <sup>5</sup>	1100 mg
L-Asparaginsäure / L-Aspartic Acid	2400 mg
L-Cystein / L-Cysteine	400 mg
L-Glutaminsäure / L-Glutamic Acid	5600 mg
Glycin / Glycine	700 mg
L-Histidin / L-Histidine <sup>5</sup>	700 mg
L-Isoleucin / L-Isoleucine <sup>4</sup>	1600 mg
L-Leucin / L-Leucine <sup>4</sup>	2800 mg
L-Lysin / L-Lysine <sup>4</sup>	2200 mg
L-Methionin / L-Methionine <sup>4</sup>	600 mg
L-Phenylalanin / L-Phenylalanine <sup>4</sup>	1300 mg

Aminosäurenprofil Amino acids profile	pro 100 g Riegel <sup>3</sup> per 100 g bar <sup>3</sup>
L-Proline	2500 mg
L-Serin / L-Serine	1600 mg
L-Threonin / L-Threonine <sup>4</sup>	1500 mg
L-Tryptophan / L-Tryptophan <sup>4</sup>	700 mg
L-Tyrosin / L-Tyrosine	1300 mg
L-Valin / L-Valine <sup>4</sup>	1800 mg
Total	30000 mg

<sup>3</sup> Aminosäurenprofil / Amino Acids composition of the protein  
<sup>4</sup> essentiell / essential  
<sup>5</sup> semi-essentiell / semi-essential

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g per 100 g	per 40 g Riegel <sup>2</sup> per bar 40 g <sup>2</sup>
Energie / Energy	1561 kJ 372 kcal	624 kJ 149 kcal
Fett / Fat	12,0 g	4,8 g
davon gesättigte Fettsäuren / of which Saturates	5,4 g	2,2 g
Kohlenhydrate / Carbohydrate	31,0 g	12,4 g
davon Zucker / of which Sugars	21,0 g	8,4 g
Ballaststoffe / Fibre	10,0 g	4,0 g
Eiweiß / Protein	30,0 g	12,0 g
Salz / Salt	0,38 g	0,15 g

<sup>1</sup> NRV (Prozentwert der Referenzmenge für die Tageszufuhr (Erwachsene)) / percent of the daily reference intake value (adults)  
<sup>2</sup> Die Packung enthält 10 Portionen à 40 g / The package contains 10 portions à 40 g

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g per 100 g	% NRV <sup>1</sup>	per 40 g Riegel <sup>2</sup> per bar 40 g <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	1,38 mg	125	0,55 mg	50
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Vitamin B <sub>6</sub>	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Pantothensäure / Pantothenic Acid	7,5 mg	125	3 mg	50
Folsäure / Folic Acid	250 µg	125	100 µg	50
Niacin	20 mg	125	8 mg	50
Vitamin B <sub>12</sub>	3,125 µg	125	1,25 µg	50
Vitamin C	100 mg	125	40 mg	50
Vitamin E	15 mg	125	6 mg	50
Biotin	62,5 µg	125	25 µg	50
Calcium	325 mg	41	130 mg	16
Oligofruktose / Oligofructose	9,5 g		3,8 g	

\* Hoher Proteingehalt – Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.  
High protein content – protein contributes to a growth in muscle mass.

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g per 100 g	% NRV <sup>1</sup>	per 40 g Riegel <sup>2</sup> per bar 40 g <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	1,38 mg	125	0,55 mg	50
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Vitamin B <sub>6</sub>	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Pantothensäure / Pantothenic Acid	7,5 mg	125	3 mg	50
Folsäure / Folic Acid	250 µg	125	100 µg	50
Niacin	20 mg	125	8 mg	50
Vitamin B <sub>12</sub>	3,125 µg	125	1,25 µg	50
Vitamin C	100 mg	125	40 mg	50
Vitamin E	15 mg	125	6 mg	50
Biotin	62,5 µg	125	25 µg	50
Calcium	325 mg	41	130 mg	16
Oligofruktose / Oligofructose	9,5 g		3,8 g	

\* Hoher Proteingehalt – Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.  
High protein content – protein contributes to a growth in muscle mass.

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g per 100 g	% NRV <sup>1</sup>	per 40 g Riegel <sup>2</sup> per bar 40 g <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	1,38 mg	125	0,55 mg	50
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Vitamin B <sub>6</sub>	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Pantothensäure / Pantothenic Acid	7,5 mg	125	3 mg	50
Folsäure / Folic Acid	250 µg	125	100 µg	50
Niacin	20 mg	125	8 mg	50
Vitamin B <sub>12</sub>	3,125 µg	125	1,25 µg	50
Vitamin C	100 mg	125	40 mg	50
Vitamin E	15 mg	125	6 mg	50
Biotin	62,5 µg	125	25 µg	50
Calcium	325 mg	41	130 mg	16
Oligofruktose / Oligofructose	9,5 g		3,8 g	

\* Hoher Proteingehalt – Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.  
High protein content – protein contributes to a growth in muscle mass.

Durchschnittlicher Gehalt Average Value	pro 100 g per 100 g	% NRV <sup>1</sup>	per 40 g Riegel <sup>2</sup> per bar 40 g <sup>2</sup>	% NRV <sup>1</sup>
Thiamin (Vitamin B <sub>1</sub> )	1,38 mg	125	0,55 mg	50
Riboflavin (Vitamin B <sub>2</sub> )	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Vitamin B <sub>6</sub>	1,75 mg	125	0,7 mg	50
Pantothensäure / Pantothenic Acid	7,5 mg	125	3 mg	50
Folsäure / Folic Acid	250 µg	125	100 µg	50
Niacin	20 mg	125	8 mg	50
Vitamin B <sub>12</sub>	3,125 µg	125	1,25 µg	50
Vitamin C	100 mg	125	40 mg	50
Vitamin E	15 mg	125	6 mg	50
Biotin	62,5 µg	125	25 µg	50
Calcium	325 mg	41	130 mg	16
Oligofruktose / Oligofructose	9,5 g		3,8 g	

\* Hoher Proteingehalt – Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.  
High protein content – protein contributes to a growth in muscle mass.

**Protein-Riegel**  
- hoher Proteingehalt  
- mit natürlichem Calcium  
- mit Ballaststoffen (Oligofruktose)  
- mit 10 Vitaminen (1 Riegel deckt 50 % der Referenzmenge für die Tageszufuhr (Erwachsene))

**Geschmack: Erdnuss in Vollmilch-Schokolade**  
**Protein Bar**  
- high protein content  
- with natural calcium  
- with dietary fibres (oligofructose)  
- with 10 vitamins (1 bar covers 50% percent of the daily reference intake value (adults))

**Flavour: Peanuts in milk chocolate**  
Angaben nur für die Schweiz: Eiweisreiche Dauerbackware  
\* Hoher Proteingehalt – Proteine tragen zu einer Zunahme an Muskelmasse bei.  
High protein content – protein contributes to a growth in muscle mass.

**DE VERZEHREMPFEHLUNG:** 1 bis 2 Riegel am Tag.  
**EN RECOMMENDATION:** 1 to 2 bars a day.

**10 Riegel / 10 bars à 40 g e = 400 g**  
Kühl und trocken lagern. Mindestens haltbar bis Ende und Ch.-B./L.: siehe Aufdruck und Riegel-Prägung. / Store in a cool, dry place. Best before end and Lot No.: see stamp and bar-stamp.

**German Quality.**  
Exklusiv entwickelt und hergestellt für die PM-International Gruppe.  
Exclusively developed and manufactured for PM-International Group.

