

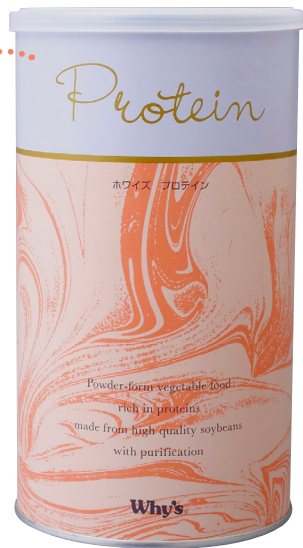
why's

Protein

プロテイン

からだの土台を作るタンパク質を補給

アレンジ
しやすい
プレーン味



タンパク質を含む食品には肉、魚、大豆などがありますが、食事量の減少や食生活の乱れなどにより、タンパク質は不足してしまいます。

ホワイズ プロテインは大豆から分離したタンパク質を主成分とし、乳清タンパクなどを配合した栄養食品です。牛肉などの一般食品よりも脂肪やエネルギーは控えめで、コレステロールはゼロ。アミノ酸スコア 100 のタンパク質をしっかり補えます。

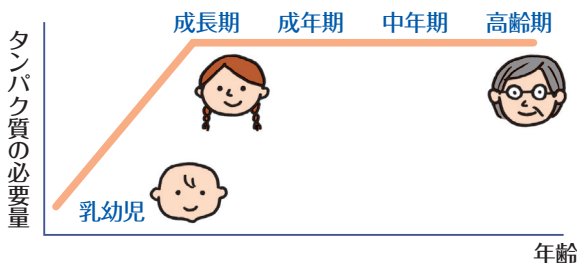
プロテイン

430g 5,400 円

(本体価格 5,000円、消費税等 400円)

どの年代もタンパク質はしっかり補いましょう

必要量は若いときと同じ



からだは毎日、タンパク質を使って入れ替わっているため、年齢を重ねても必要量は成長期や成年期とほとんど変わりません。

ただし、中年期以降は脂肪の摂りすぎに注意して、アミノ酸スコア 100 のタンパク質をしっかり補うことがポイントです。

こんな方におすすめします

美容と健康を
心がけている方

ウェイトコントロールを
心がけている方

食事が
減っている方

発育ざかりの
お子さま

召しあがり方

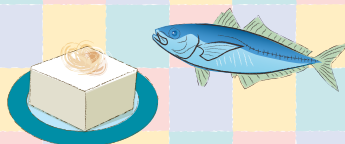
- 1日当たり、大さじ3～4杯(約20g = タンパク質量約16.5g)を水または牛乳と一緒に、よくかき混ぜてお召し上がりください。

●栄養成分表示(製品100g当たり)

エネルギー	372kcal
タンパク質	82.5g
脂質	3.6g
炭水化物	2.3g
食塩相当量	1.5g
アミノ酸スコア	100

プロテイン大さじ3～4杯
(約20g = タンパク質量約16.5g)で
これだけのタンパク質が摂れます。

アジなら	1.5 匹分
豆腐なら	1 丁分
納豆なら	2.5 パック分



『日本食品標準成分表 2020 年版(八訂)』より算出



株式会社 ホワイズ

東京都中央区日本橋室町 1-8-8 <http://www.kk-whys.co.jp>



2021.02