

## M&M's Hiprotein 51Gr

Codice: M&M's Hiprotein-51Gr



€ 3,08 € 4,74 - 35%



M&M'S HIPROTEIN - Barretta proteica al gusto M&M's MARS

M&M's Hi Protein Bar 51g della Mars Nutrition è una fantastica barretta proteica realizzata per ricordare il gusto delle note praline tanto amate e che tutti abbiamo, almeno una volta da ragazzi, mangiato.

Questo prodotto certo è ben differente dalle classiche M&M's per una questione legata ai valori nutrizionali e non soltanto per la quota proteica ma anche per la presenza degli zuccheri e dei grassi saturi.

Puoi utilizzare la baretta ogni volta che avverti la necessità di mangiare qualcosa di buono ma non vuoi apportare al tuo corpo nutrienti spazzatura.

**M&M's Hi Protein Bar: focus nutrizionale**

Per comprendere bene le qualità nutritive del prodotto in questione, andiamo a vedere cosa lo stesso contiene e quali sono le caratteristiche specifiche degli ingredienti, e quindi:

- proteine del latte e concentrate del siero di latte, due materie prime che sono ad elevato valore biologico e dunque forniranno al corpo una adeguata quantità di amminoacidi essenziali per dare supporto alla sintesi di nuove proteine e con essa incentivare il recupero tissutale;

- arachidi, frutta secca particolarmente ricca di energia dai grassi buoni, contiene anche una buona quantità di Omega e di micronutrienti essenziali per la salute ed il funzionamento del corpo;

- maltitolo, si tratta di un dolcificante della categoria polioli, rispetto al normale zucchero ha un indice glicemico molto più basso e quindi determina una minore produzione di insulina.

Relativamente all'insulina va fatto un piccolo approfondimento in quanto trattasi di un ormone che può facilitare l'accumulo dei grassi nei tessuti a causa della sua proprietà ipoglicemizzante, non a caso infatti molte diete dimagranti si basano proprio sul controllo di questo ormone.

Per tutti gli altri ingredienti e possibili allergeni rimandiamo alla lettura completa della tabella nutrizionale che troverai nell'apposita sezione.

**Come e quando utilizzare M&M's Hi Protein Bar**

Assumi una barretta ogni volta che avverti la voglia di mangiare qualcosa di buono e deliziare il tuo palato, ma non esagerare nell'uso di queste berrette in quanto il maltitolo in eccessive dosi può avere effetti lassativi.

Puoi assumere M&M's Hi Protein Bar in ogni momento della giornata, l'unica casistica in cui ti sconsigliamo di mangiarla è nella fase post allenamento quando il corpo preferisce essere nutrito con composti a rilascio molto veloce e quindi completamente privi

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/m-m-s-hiprotein-51gr>

di grassi come per esempio uno shaker di whey protein e vitargo.

Azione psicologica di M&M's Hi Protein Bar

Per un alimento come questo esiste poi anche un altro interessante aspetto che va considerato, parliamo del fattore di sostegno psicologico soprattutto nelle diete dimagranti.

Qui abbiamo a che fare con un discorso di sapore del prodotto e non con un fattore legato ai valori nutrizionali. Sappiamo molto bene che la dieta dimagrante, alla lunga, può determinare una notevole mole di stress e con lo stress possono manifestarsi le produzioni di cortisolo, potente ormone catabolico.

Questa situazione è indotta dalla mancanza nella dieta di cibi dal buon sapore e non da una questione nutrizionale calorica, ecco perchè un alimento come M&M's Hi Protein Bar potrà portare a benefici in termini psicologici mediano anche una potenziale diminuzione del cortisolo.

Riassumiamo in breve sulla barretta:

- studiata per avere un sapore come le note praline;
- ricco di proteine nobili dal latte e da whey;
- dolcificato con poliooli;
- basso tenore in grassi saturi e sale.

#### INFORMAZIONI NUTRIZIONALI

51 grammi peanut\*\*

M&M'S

Dosi per confezione: 1Dose: 51 grammi (1 barretta)

Quantità per dose % RDA

Valore Energetico209 Kcal

Grassi8,2 gr

di cui Saturi3,1 gr

Carboidrati21 gr

di cui Zuccheri12 gr

Proteine15 gr

Sale0,3 gr

**Plus Power Supplements**

Indirizzo 74015 Martina Franca (TA)

+39 0805125834

Url: <https://pluspowersupplements.com/m-m-s-hiprotein-51gr>

\* Le Razioni Giornaliere Raccomandate sono calcolate sulla base di una dieta da 2000 kcal o 8400 kJ. Il proprio fabbisogno giornaliero può variare a seconda del sesso, dell'età e dell'attività fisica svolta.

Ingredienti: Cioccolato al latte (zucchero, burro di cacao, LATTE scremato in polvere, massa di cacao, LATTOSIO, proteine ??del siero di LATTE, olio di palma, siero di LATTE in polvere, grasso di LATTE, emulsionante: lecitina di SOIA, estratto di vaniglia), miscela proteica (proteine ??del LATTE, concentrato di proteine ??del siero di LATTE, emulsionante: lecitina di SOIA), caramello (LATTE, zucchero, Gucosesirupup Olio di palma, burro, emulsionante: mono- e digliceridi degli acidi grassi, stabilizzante: pectina, sale, aroma, ARACHIDI, umettante: glicerina, dolcificante: maltitolo, collagene idrolizzato, Mini M&M (zucchero, massa di cacao, LATTE intero in polvere, LATTOSIO, burro di cacao, amido, grasso di palma, Burro di karité, sciroppo di glucosio, emulsionante: lecitina di SOIA, stabilizzante: gomma arabica, coloranti: E110, E113, E160a, E170, E172, destrina, agente di rivestimento: cera di carnauba, olio di palmisti, estratto di vaniglia salata), isolato di proteine ??di SOIA, farina di ARACHIDI, farina di semi di girasole, glucosioSapore, colore: E150a, antiossidante: tocoferolo.

\*\*Le informazioni fanno riferimento al gusto indicato, le altre varianti potrebbero avere ingredienti o valori nutrizionali leggermente differenti.

Allergeni: Specificati in grassetto sugli ingredienti

Istruzioni per l'uso: Assumere secondo necessità.

Avvertenze: Non superare le dosi giornaliere consigliate. Tenere al di fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei tre anni. Non assumere in gravidanza e nei bambini o comunque per periodi prolungati senza sentire il parere del medico. Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta variata ed equilibrata. Ricordiamo l'importanza di seguire uno stile di vita sano e un'alimentazione variata ed equilibrata. Conservare in luogo fresco ed asciutto. Richiudere accuratamente la confezione dopo l'uso.

#### Caratteristiche

Marca

Mars