Dane aktualne na dzień: 10-11-2026 17:04

Link do produktu: https://centrumkulturystyki.pl/wpc-80-koncentrat-bialek-serwatkowych-700-g-spomlek-p-10082.html



WPC 80 - Koncentrat Białek Serwatkowych 700 g - Spomlek

Cena	**129,00 zł**
Czas wysyłki	**24 godziny**
Numer katalogowy	**33807**

Opis produktu

WPC 80 - Koncentrat Białek Serwatkowych 700 g - Spomlek



suplement diety

Odżywka białkowa na bazie koncentratu białek serwatkowych

SPOMLEK WPC 80 to koncentrat białek serwatkowych w proszku, przeznaczony do przygotowywania koktajli proteinowych oraz jako uzupełnienie codziennej diety w białko.

WPC to skrót od angielskiego określenia „Whey Protein Concentrate”, czyli koncentrat białka serwatkowego. Produkt powstaje na bazie świeżej serwatki pochodzącej z produkcji serów podpuszczkowych. Serwatka jest surowcem naturalnie bogatym w białka mleczne, a uzyskany koncentrat charakteryzuje się wysoką zawartością białka oraz obecnością pozostałych składników mlecznych, w tym tłuszczu.

SPOMLEK WPC 80 ma postać sypkiego, jednolitego proszku o typowym białkowym smaku i zapachu. Dzięki instantyzacji produkt łatwo łączy się z wodą lub mlekiem, co ułatwia przygotowanie napoju proteinowego. Producent wskazuje, że instantyzacja odbywa się z wykorzystaniem lecytyny słonecznikowej.

Co daje stosowanie produktu?

SPOMLEK WPC 80 dostarcza białka, które jest ważnym składnikiem codziennej diety. Białko przyczynia się do wzrostu masy mięśniowej, pomaga w utrzymaniu masy mięśniowej oraz przyczynia się do utrzymania zdrowych kości.

Produkt może być wykorzystywany jako praktyczny sposób na zwiększenie ilości białka w jadłospisie, szczególnie wtedy, gdy dostarczenie odpowiedniej ilości tego składnika z tradycyjnych posiłków jest utrudnione.

WPC 80 może być stosowany przez:

osoby aktywne fizycznie;

osoby trenujące siłowo;

biegaczy i rowerzystów;

osoby uprawiające sporty zespołowe;

osoby stosujące dietę wysokobiałkową;

osoby, które chcą wygodnie uzupełnić codzienny jadłospis w białko.

Rezultaty związane z rozwojem masy mięśniowej zależą od całkowitego sposobu odżywiania, treningu, regeneracji, snu i indywidualnego zapotrzebowania organizmu. Sam produkt nie zastępuje treningu, zbilansowanej diety ani zdrowego stylu życia.

Po co stosować WPC 80?

SPOMLEK WPC 80 może być używany jako element codziennego jadłospisu:

po treningu;

między posiłkami;

jako dodatek do śniadania;

podczas komponowania diety wysokobiałkowej;

w okresie budowania masy mięśniowej;

podczas redukcji masy ciała, jeżeli produkt zostanie uwzględniony w całkowitym bilansie energetycznym;

w pracy, podróży lub po treningu, gdy przygotowanie pełnego posiłku jest utrudnione;

jako składnik koktajli, owsianek, naleśników, placuszków i deserów.

Produkt nie jest środkiem odchudzającym i samodzielnie nie powoduje redukcji tkanki tłuszczowej. Może być natomiast elementem diety redukcyjnej, jeśli jego kaloryczność i ilość białka zostaną uwzględnione w całodziennym planie żywieniowym.

Najważniejsze cechy produktu

koncentrat białek serwatkowych WPC 80;

produkt marki SPOMLEK;

białko pochodzące z mleka;

około 75 g białka w 100 g produktu — zgodnie z dostępną specyfikacją;

23 g białka w jednej porcji 30 g;

instantyzowana forma proszku;

dobra rozpuszczalność;

możliwość przygotowania z wodą lub mlekiem;

produkt przeznaczony do przygotowywania koktajli proteinowych;

możliwość wykorzystania jako składnika potraw;

opakowanie zawierające 700 g produktu.

WPC 80 jest koncentratem, dlatego oprócz białka zawiera również większą ilość tłuszczu, węglowodanów niż izolat WPI. Z tego powodu nie należy utożsamiać WPC 80 z izolatem białek serwatkowych.

Napój można przygotować również z napojem roślinnym. Należy jednak pamiętać, że wybór mleka lub napoju roślinnego może zmienić wartość energetyczną oraz zawartość białka, tłuszczu i węglowodanów w gotowym napoju.

Produkt można także dodać do:

owsianki;

jogurtu;

koktajlu owocowego;

naleśników;

placuszków;

deseru proteinowego;

domowych wypieków;

masy na batony.

Podczas dodawania proszku do potraw należy uwzględnić jego kaloryczność oraz zawartość składników odżywczych w całym przygotowanym posiłku.

Kiedy najlepiej stosować?

SPOMLEK WPC 80 można stosować o dowolnej porze dnia, zależnie od indywidualnego jadłospisu i zapotrzebowania na białko.

Produkt sprawdzi się:

po treningu;

przed treningiem jako element posiłku;

między posiłkami;

do śniadania;

jako dodatek do owsianki;

w koktajlu;

w dni treningowe;

w dni nietreningowe.

Nie ma obowiązku spożywania koncentratu wyłącznie bezpośrednio po treningu. Najważniejsze jest dostarczenie odpowiedniej ilości białka w całodziennej diecie.

Przykładowe zastosowanie

Koktajl proteinowy

Aby przygotować podstawowy koktajl:

odmierzyć 30 g WPC 80;

dodać około 200 ml wody lub mleka;

wymieszać w shakerze;

spożyć bezpośrednio po przygotowaniu.

Do koktajlu można dodać owoce, płatki owsiane, jogurt lub masło orzechowe. Dodatkowe składniki zmienią jednak wartość energetyczną i odżywczą napoju.

Owsianka białkowa

Po przygotowaniu owsianki można dodać porcję WPC 80 po jej lekkim przestudzeniu. Dodanie proszku do zbyt gorącej potrawy może pogorszyć konsystencję. Produkt najlepiej wcześniej wymieszać z niewielką ilością wody lub mleka, a następnie połączyć z owsianką.

Placuszki i naleśniki

WPC 80 może być używany jako składnik ciasta na placuszki lub naleśniki. Należy odpowiednio dopasować ilość płynu, ponieważ proszek białkowy wpływa na gęstość masy.

Wartość odżywcza — smak naturalny

w 100 g / w 30 g

Wartość energetyczna - 1716 kJ / 406 kcal ; 515 kJ / 122 kcal
Tłuszcz - 7,8 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 4,7 g) ; 2,3 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 1,3 g)
Węglowodany - 8,9 g (w tym cukry - 3,3 g) ; 2,7 g (w tym cukry - 1,0 g)
Białko - 76 g ; 23 g
Sól - 0,53 g ; 0,16 g

Wartość odżywcza — smak waniliowego, bananowego, truskawkowego

w 100 g / w 30 g

Wartość energetyczna - 1726 kJ / 409 kcal ; 518 kJ / 123 kcal
Tłuszcz - 8,1 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 4,8 g) ; 2,4 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 1,4 g)
Węglowodany - 8,9 g (w tym cukry - 3,3 g) ; 2,7 g (w tym cukry - 1,0 g)
Białko - 75 g ; 23 g
Sól - 0,59 g ; 0,18 g

Wartość odżywcza — smak słony karmel

w 100 g / w 30 g

Wartość energetyczna - 1726 kJ / 409 kcal ; 518 kJ / 123 kcal
Tłuszcz - 8,1 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 4,8 g) ; 2,4 g (w tym kwasy tłuszczowe nasycone - 1,4 g)
Węglowodany - 8,9 g (w tym cukry - 3,3 g) ; 2,7 g (w tym cukry - 1,0 g)
Białko - 75 g ; 23 g
Sól - 1,2 g ; 0,39 g

Składniki dla smaku naturalnego: koncentrat białek serwatkowych (z mleka) 97%, emulgator: lecytyny.

Składniki dla smaku waniliowego: koncentrat białek serwatkowych (z mleka) 97%, emulgator: lecytyny, aromaty, substancja słodząca: sukraloza

Składniki smak bananowy: koncentrat białek serwatkowych z mleka 97%, emulgator: lecytyny, regulator kwasowości: kwas jabłkowy, aromaty, substancja słodząca: sukraloza.

Składniki smak słony karmel: koncentrat białek serwatkowych z mleka 97%, emulgator: lecytyny, aromaty, sól, substancja słodząca: sukraloza.

Składniki smak truskawkowy: koncentrat białek serwatkowych (z mleka) 97%, emulgator: lecytyny, regulator kwasowości - kwas jabłkowy, aromaty, substancja słodząca: sukraloza

Masa netto: 700 g

Sposób użycia

Stosowanie:

Zalecana porcja produktu to 30 g proszku.

Odmierzyć 30 g proszku.

Wsypać proszek do naczynia lub shakera.

Dodać około 200 ml wody lub mleka.

Dokładnie wymieszać lub wstrząsnąć do uzyskania jednolitej konsystencji.

Spożyć bezpośrednio po przygotowaniu.

Produkt można przygotować z wodą, mlekiem lub napojem roślinnym. Zastosowanie mleka zwiększy kaloryczność oraz ilość składników odżywczych przygotowanego napoju.

Zaleca się stosowanie produktu zgodnie z indywidualnym zapotrzebowaniem, nie częściej niż dwa razy dziennie. Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Informacja o liczbie porcji ma charakter orientacyjny i nie zastępuje indywidualnego planu żywieniowego.

Ostrzeżenie

Produkt zawiera mleko. Nie stosować w przypadku alergii lub nadwrażliwości na którykolwiek ze składników. Produkt przeznaczony dla osób dorosłych. Przechowywać poza zasięgiem małych dzieci. Nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Produkt nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety. Stosować jako uzupełnienie zbilansowanego sposobu żywienia i aktywnego trybu życia. Alergen: mleko.

Sposób przechowywania

Przechowywać w suchym pomieszczeniu, w zamkniętym opakowaniu, w temp. 15-25 stopni celsjusza, w miejscu niedostępnym dla małych dzieci.

Minimalny termin przydatności do spożycia: Przynajmniej 6 miesięcy

Produkt zawiera mleko i może zawierać soję, zboża zawierające gluten, jaja, orzeszki ziemne oraz orzechy

Producent: Spółdzielcza Mleczarnia SPOMLEK ul. Brzozowa 1 21-300 Radzyń Podlaski Polska

Produkt posiada dodatkowe opcje:

Smak: Banana / Banan , Natural / Naturalny , Salted Caramel / Słony Karmel , Strawberry / Truskawka , Vanilla / Wanilia