

PROTEIN RECIPE

おいしい「インスタントプロテイン」レシピ

「インスタントプロテイン」は“とり方自由”の粉末タイプ。
水や牛乳、ジュースなど飲み物とシェイクしてとるのが一般的ですが、
ケーキやスープ、カレーなど料理に加えるのもおいしくて上手なとり方です。
いつもの料理にプラスすると、たんぱく質がしっかりとれます。

シャクリーザクロパーモントを加えて

インスタントプロテインを溶かす時に少量のザクロパーモントを加えると、酸味がプラスされて飲みやすくなります。
ザクロパーモントは、ザクロと赤ドウビネガーを主原料に、赤シソ、リンゴ果汁、ハチミツなどを加えた人気のドリンクです。

シャクリーザクロパーモント

内容量 1,000mL (5倍濃縮タイプ)
製品コード 153
参考小売価格 ¥2,950
会員(SN)価格 ¥2,110



製品関連 グッズ

インスタントプロテイン計量スプーン (12g)

製品コード 992 | 価格 無料

ハンディシェイカー (500mL)

製品コード 1682 | 価格 ¥210



※記載の価格はすべて消費税込み(栄養補給食品8%、セールスエイド10%)です。

ご注文方法

オンラインショップ

WEB www.shaklee.co.jp

(24時間受付)

受注センターフリーコール

TEL 0120-39-8140

(9:00~21:00 12/30~1/3除く)

受注センターFAX専用フリーコール

FAX 0120-919-355

(24時間受付)

お客様相談室

0120-992-170 (9:00~19:00 土日祝日除く)

〈紹介者〉

日本シャクリー株式会社

〒163-0221 東京都新宿区西新宿2-6-1 新宿住友ビル21階
TEL 03-3340-3700(代)
<http://www.shaklee.co.jp>

すこやかな毎日のために

INSTANT PROTEIN®

シャクリー インスタントプロテイン



誰もが欠かすことのできない栄養素、たんぱく質の補給はシャクリーの「インスタントプロテイン」で！



レギュラー

バニラ

ココア

ピーチ

ベリー

コーヒー

1回の目安

インスタントプロテイン
計量スプーン約3杯(35g) /
200mL(水または牛乳など)

インスタントプロテイン (たんぱく食品(大豆たんぱく食品))

[主原料] 大豆たんぱく(遺伝子組換えでない)

| | |
|----------|---|
| 内容量 | 1,000g |
| 製品コード | レギュラー 6000 バニラ 6001 ココア 6002 ピーチ 6003 ベリー 6004 コーヒー 6005 |
| 参考小売価格 | ¥8,020 |
| 会員(SN)価格 | ¥5,730 |

インスタントプロテイン アソートメントパック

| | |
|----------|--------------|
| 内容量 | 210g(35g×6袋) |
| 製品コード | 6300 |
| 参考小売価格 | ¥1,670 |
| 会員(SN)価格 | ¥1,200 |

トライアル
サイズ

6種類のフレーバーを1回分
ずつ個包装。お試用として、
また携帯にも便利です。

栄養成分表示 1食(35g)当たり

| | | | |
|-------|----------|-------|----------|
| エネルギー | 130kcal | 炭水化物 | 8.75g |
| たんぱく質 | 20g | 食塩相当量 | 0.1~0.5g |
| 脂質 | 0.4~2.4g | カルシウム | 320mg |



出典：文部科学省 2015 年七訂
「日本食品標準成分表」
出典：Food Technology April 1994

体に欠かせない「たんぱく質」

3大栄養素のひとつ、たんぱく質は、人の体の約20%を占め、筋肉や骨、内臓、脳などを構成するとともに、エネルギーの主材料となる栄養素です。体の約60%を占める水分以外の、半分を構成しています。たんぱく質は、健康の根幹に関わる重要な栄養素。健康の土台としてどなたにも、第一におとりいただきたい栄養素です。

溜められないから、毎日補給

たんぱく質は、体内で常に消費され溜めておくことができないため、毎日補給することが大切です。しかも、体内のたんぱく質含量は加齢とともに低下。不足すると活力減退や抵抗力の衰えなどさまざまな悪影響の引き金となります。普段から積極的にとることを心がけましょう。特に、「外食の多い方」や「健康も美容もしっかり考えたい方」にはおすすめです。

良質な植物性たんぱく質を含む大豆に着目

たんぱく質を含む食品には、動物性(肉、魚、乳製品など)と植物性(穀類、豆類など)があります。一般的に、動物性たんぱく質はアミノ酸のバランスが良いとされていますがコレステロールが気になる方も…。インスタントプロテインは植物性の中でもアミノ酸バランスに優れた大豆が主原料ですので、コレステロールや動物性脂質を気にすることなく、手軽に効率よくたんぱく質を補給できます。

100gあたりのたんぱく質量の比較

| 100gあたり | 牛肉 | 卵白 | 分離大豆たんぱく |
|-------------|------|------|----------|
| たんぱく質(g) | 11.7 | 10.5 | 79.1 |
| 脂質(g) | 47.5 | 0 | 3 |
| 炭水化物(g) | 0.3 | 0.4 | 7.5 |
| コレステロール(mg) | 86 | 1 | 0 |
| エネルギー(kcal) | 498 | 47 | 388 |
| アミノ酸スコア※1 | 100 | 100 | 100 |
| PDCAAS※2 | 0.92 | 1.00 | 1.00 |

たんぱく質が体の中で
きちんと働く、
シャクリーならではの
3つの製品設計

1 たんぱく質の利用効率を徹底的に追求

たんぱく質が体内で効率よく利用されるよう、たんぱく質含有率を57%とし、たんぱく質の代謝に必要な糖質を25%配合、たんぱく質の働きをサポートするビタミンB群を含む酵母(イースト)も配合したこだわりの比率です。さらに、たんぱく質の摂取によって排出されやすいカルシウムも加えています。

2 パーフェクトなスコアを誇る大豆たんぱくを採用

主原料は、植物性たんぱく質の中でも良質といわれている大豆たんぱく。アミノ酸バランスにすぐれ、アミノ酸スコア※1は100、さらに、もうひとつのたんぱく質評価法である「消化吸収率補正アミノ酸スコア法/ PDCAAS※2」でも1.00という最高の評価を受けています。パーフェクトな数値は、良質であることの証です。

3 厳選した原料を使用

使用している原料は、遺伝子組換えでない大豆。厳選した原料を厳重に品質管理して製造しています。

※1. アミノ酸スコアとは、体内でつくることができない必須アミノ酸が、どのくらいバランスよく含まれているかを示すもの。たんぱく質の質を評価する数値で、指数は100が最高値。

※2. PDCAAS(Protein Digestibility Corrected Amino Acid Score)とは従来のアミノ酸スコアに消化吸収率を加えたもので、たんぱく質の質を評価する方法。国際的に妥当とされるもので、指数は1.00が最高値。