

Megamax MCT Speiseöl Mittelkettige Triglyzeride, Energielieferant für Sportler, Diätetisches Lebensmittel. Inhalt: 1000 ml

- Diätetisches Lebensmittel zur Verwendung im Rahmen eines Diätplanes bei eingeschränkter Fettverdauung oder zur Sporternährung
- **HINWEIS:** Das ÖL sollte nicht über 100 Grad Celsius erhitzt werden.
- **ZUTATEN:** Mittelkettige Triglyzeride (aus Palmkernöl)
- **Fettsäurezusammensetzung:** Capronsäure (C 6:0) < 2 %, Caprylsäure (C 8:0) 50 – 80 %, Caprinsäure (C 10:0) 20 – 50 %, Laurinsäure (C 12:0) < 3 %, Myristinsäure (C 14:0) < 1 %.
- **NÄHRWERTE** PRO 100 g // PRO 100 ml. Energie 3.883 KJ (928 Kcal) // 3.670 KJ (877 Kcal) Fett 100 % // 100 %, – davon gesättigte Fettsäuren 100 % // 100 %, Kohlenhydrate 0 g // 0 g, Eiweiß 0 g // 0 g. Vor Licht geschützt lagern. Nach Öffnen innerhalb von 3 Monaten aufbrauchen.
- **Anwendungshinweis:** Erwachsene sollten mit einem Teelöffel pro Tag zu den Mahlzeiten beginnen und die Menge Tag für Tag bis zu der erwünschten Tagesmenge erhöhen. Die Tagesmenge richtet sich nach dem Körpergewicht: Bis 70 Kg – 1 Esslöffel 2 mal täglich, 70 - 85 Kg – 1 bis 2 Esslöffel 2 mal täglich, über 85 Kg – 2 bis 3 Esslöffel 2 mal täglich. Im Rahmen eines Diätplans können bis zu 120 g Fett pro Tag durch MCT Speiseöl ersetzt werden.

Produktbeschreibung:

Inhalt: 1 Liter. Geschmack: Geschmacksneutral 100% Mittelkettige Triglyceride Mittelkettige Triglyzeride (MCT) werden zur Deckung des erhöhten Energiebedarfs im Sport - aber auch bei Mangelzuständen, die durch Fettverwertungsstörungen oder -resorptionsstörungen auftreten können, eingesetzt. Der Hauptvorteil der MCT liegt darin, dass sie praktisch nicht in Körperfett umgewandelt werden. Das unterscheidet sie physiologisch von den übrigen Speiseölen. MCT kann sogar in der Diätphase eingesetzt werden. MCT im Sport Bei allen Sportarten, bei denen es auf eine hohe Energiebereitstellung ankommt, ist der Einsatz von MCT sinnvoll. Obwohl es chemisch betrachtet ein Öl ist, lässt es sich gut mit Wasser mischen. Es ist daher auch sehr gut kombinierbar mit einem Weight Gainer, um dessen Kaloriengehalt zu erhöhen. Der Kaloriengehalt ist gegenüber normalen Speiseölen etwas geringer und liegt bei 8,3 Kcal pro Gramm (Speiseöl: 9,1 Kcal/g) aber fast doppelt so hoch wie der von Kohlenhydraten (4,1 kcal/g). Verzehrsempfehlung: Erwachsene sollten mit einem Teelöffel pro Tag zu den üblichen Mahlzeiten beginnen und die Menge von Tag zu Tag bis zu der erwünschten Tagesmenge erhöhen. Diese stufenweise Anpassung ist erforderlich, damit der Darm sich an MCT gewöhnen kann. Werden zu Beginn zu große Mengen gegeben, kann es zu Durchfällen kommen. Nach einer Eingewöhnungsphase werden bis zu 120 Gramm MCT pro Tag problemlos vertragen.

MEGAMAX Postfach 10 21 33, 52021 Aachen, info@megamax.de, www.megamax.de. Tel. 0180 500 2308, Fax 0180 500 2309. (Tel./Fax 14 Cent/Minute, ggf. abweichender Mobilfunktarif)