

BCAA

(分岐鎖アミノ酸)

- ロイシン:バリン:イソロイシンを
4:1:1の理想的なバランスで配合
- 身体の様々な成分を構成する
グリシンを配合
- 内容物を保護する成分にもこだわり
酵素処理ルチンを採用
- 天然由来の甘味成分を使用し、
爽やかな風味を実現



標準価格
30本入り:4,428円
(税抜 4,100円 税 328円)



1日に摂りたい目安量

BCAA
1~2本

栄養素の必要量には個人差があります。

BCAAの理想的なバランスは4:1:1

これまでロイシン:バリン:イソロイシンは2:1:1のバランスがよいとされてきましたが、近年、特に筋肉に着目した研究データから理想的なバランスは4:1:1とされています。

これまで

ロイシン:バリン:イソロイシン = 2:1:1

理由 卵や鶏胸肉などアミノ酸スコアの高い食品や理想的な栄養バランスと言われる母乳が2:1:1であるため。

近年

ロイシン:バリン:イソロイシン = 4:1:1

理由 多くの研究で4:1:1バランスの良さが示されているため。
Am. J. Clin. Nutr., (2011) 94(3), 809-818. など

標準成分 <1本 (4,000mg) 中>

エネルギー	15.92 kcal	分岐鎖アミノ酸総量	2,250 mg
たんぱく質	1.91 g	- L-ロイシン	1,500 mg
脂質	0.02 g	- L-バリン	375 mg
炭水化物	2.04 g	- L-イソロイシン	375 mg
食塩相当量	0.0001 g	グリシン	250 mg
		ルチン	40 mg
		クエン酸	70 mg

原材料

L-ロイシン、L-バリン、L-イソロイシン、グリシン、クエン酸、酵素処理ルチン、甘味料(ステビア)、HPC、香料/エリスリトール(国内製造)

グルテン	砂糖	カゼイン	イースト
不使用	不使用	不使用	不使用

「MSSDUO」は株式会社MSSの登録商標です