



پروتئین خالص: راهتمای جامع پودر سفیده تخم مرغ

از علم تا عمل: نقشه راه بالینی برای
ورزشکاران و علاقه‌مندان به سلامت

پودر سفیده تخم مرغ (آلبومین) چیست؟

یک مکمل پروتئینی کاملاً خالص که از خشک کردن سفیده سفیده تازه طی فرآیندهای صنعتی به دست می‌آید.



حذف کامل زرده
(۱۰۰٪ فاقد چربی و کلسترول)



منبع کامل آمینواسید
آمینواسیدهای ضروری
(تایید شده توسط USDA)



حاوی ریزمغذی‌های کلیدی
(ریبوفلاوین و پتاسیم)

پروفایل غذایی بالینی (در هر ۱۰۰ گرم)

۸۰ تا ۸۵ گرم پروتئین خالص

۸۵%



چربی (۰-۱۰ گرم)



کلسترول (۰ میلی گرم)

انرژی
(۳۵۰ تا ۳۷۰ کیلوکالری)

کربوهیدرات
(۲ تا ۴ گرم)

قدرت هر پیمانه: در هر وعده ۳۰ گرمی، ۲۴ تا ۲۶ گرم پروتئین با جذب فوری دریافت می کنید.

مهندسی خلوص: فرآیند تولید



تفکیک
(Separation)

جداسازی کامل زرده از سفیده توسط دستگاه‌های دقیق.



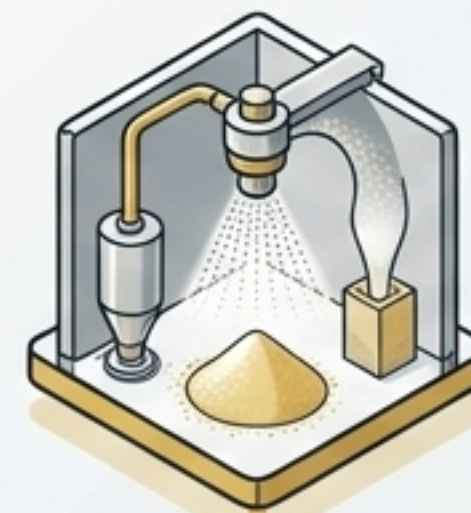
فیلتراسیون
(Filtration)

حذف پوسته‌ها و ناخالصی‌ها از مایع.



پاستوریزاسیون
(Pasteurization)

کنترل دقیق دما برای نابودی باکتری‌های مضر بدون تخریب بافت پروتئین.



خشک کردن پاششی
(Spray Drying)

تبدیل سریع مایع به پودر یکدست با حفظ آمینواسیدها.



بسته‌بندی استریل
(Sterile Packaging)

پلمپ در محیطی کاملاً بهداشتی برای افزایش افزایش ماندگاری.

ماتریس کاربرد: انواع پودر سفیده



پودر خام (Raw)

تهیه شده از تخم مرغ
نیخته.



پودر پخته (Cooked)

پخته شده قبل از خشک
شدن.



پودر پاستوریزه (Pasteurized)

حرارت دیده با دقت بالا.



پودر فوری (Instant)

فرآوری شده برای حلالیت
بالا.

کاربرد: مکمل ورزشی و
شیرینی پزی (کیک،
بیسکویت).

کاربرد: تولید سس ها،
مایونز و غذاهای آماده.

کاربرد: مصرف عمومی.

کاربرد: شیک های ورزشی.

مزیت: بیشترین میزان
حفظ ساختار پروتئین برای
عضله سازی.

مزیت: طعم بهتر در غذاها
غذاها و ایمنی بیشتر.

مزیت: کاهش حداکثری
خطر آلودگی میکروبی
(ایمنی بالا).

مزیت: ترکیب بی نقص و
سریع با آب.

فراتر از عضله سازی: مزایای فیزیولوژیک

تقویت ایمنی: غنی از
ریزمغذی‌ها برای سلامت
سلامت عمومی.

ریکاوری فوری:
ترمیم سریع بافت‌های
آسیب‌دیده.

سلامت قلب:
۱۰۰٪ فاقد کلسترول و
چربی‌های اشباع.

مدیریت وزن:
افزایش احساس سیری و
کاهش اشتهای کاذب بدون
کالری اضافه.

جذب بیولوژیکی بالا: ورود
سریع پروتئین به جریان
خون.

لجستیک آسان: ماندگاری
طولانی مدت بدون نیاز
به نگهداری در یخچال.



مزیت رقابتی در بدنسازی

چرا ورزشکاران حرفه‌ای آلبومین را انتخاب می‌کنند؟



محرک قدرتمند سنتز پروتئین

پرو فایل کامل آمینواسیدهای ضروری (EAAs) و شاخه‌دار (BCAAs).

جایگزین قطعی Whey

ایده‌آل برای افراد مبتلا به عدم تحمل لاکتوز (Lactose-free) بدون افت کیفیت عضله‌سازی.

ارزش بیولوژیکی برتر

برتری مطلق نسبت به پروتئین‌های گیاهی در سرعت جذب و ریکاوری بافت پس از فشار وزنه.

معماری دوگانه: حجم دهی در برابر چربی سوزی

دوران حجم
(افزایش حجم)



■ ترکیب با کربوهیدرات برای ساخت عضلات حجیم.

■ جبران کمبود پروتئین روزانه به جای مصرف وعده‌های حجیم جامد.

■ تامین مصالح لازم برای رشد خالص بدون تجمع چربی زیرپوستی.

دوران کات
(کات و چربی سوزی)



■ حفظ ۱۰۰٪ توده عضلانی در زمان کاهش دریافت کالری.

■ افزایش متابولیسم (اثر گرمزایی پروتئین).

■ تامین پروتئین خالص با ۰٪ چربی و کربوهیدرات.

زمان‌بندی طلایی مصرف (ساعت بیولوژیک)

صبح ناشتا

توقف کاتابولیسم (تخریب عضلات) پس از خواب شبانه و شروع فرآیند عضله‌سازی.

قبل از خواب

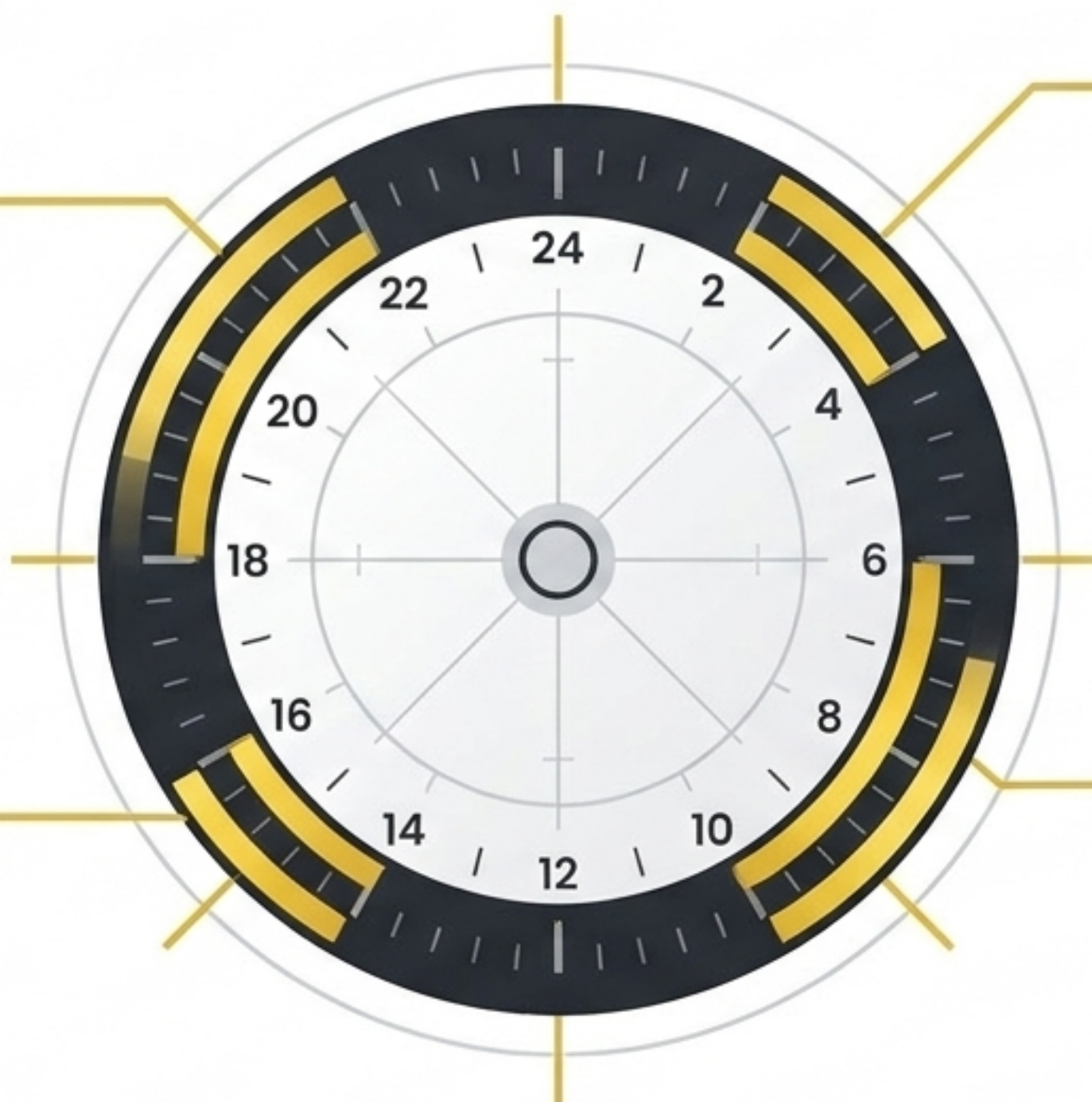
تأمین مداوم آمینواسیدها برای بازسازی عضلات حین خواب.

میان‌وعده‌ها

افزایش کالری و تثبیت سطح پروتئین دریافتی کل روز.

بلافاصله بعد از تمرین

ترمیم فوری فیبرهای عضلانی پاره‌شده و تحریک رشد حجم خالص.



مهندسی ترکیب: راهنمای مصرف



۱ پیمانه (۲۰ تا ۳۰ گرم) + ۱۰۰ میلی لیتر مایعات



آب



شیر کم چرب



اسموتی میوه‌ای

افزودنی‌های پیشنهادی

- ترکیب با موز، جو دوسر، کره بادام زمینی یا کاکائوی بدون شکر برای طعم‌سازی و افزایش ارزش غذایی.

هشدار حرارتی! اگر برای پخت پنکیک یا کیک استفاده می‌کنید، پودر را در آخرین مرحله اضافه کنید تا از حرارت مستقیم دور مانده و بافت پروتئین دنا توره (تخریب) نشود.

ابزار تشخیص خلوص: چک‌لیست اصالت کالا



حلالیت عالی

پودر اصل پس از تکان دادن در شیکر بافتی یکدست می‌سازد و به ته ظرف نمی‌چسبد.



ویژگی‌های حسی

دارای رنگ کرم روشن و بوی ملایم تخم‌مرغ؛ کاملاً فاقد بوی نامطبوع و زننده.



بافت فیزیکی

کاملاً خشک، یکنواخت و بدون هیچ‌گونه کلوخه‌شدگی ناشی از رطوبت.



استانداردهای بسته‌بندی

مقاومت کامل در برابر رطوبت، همراه با نشان سیب سلامت و تاریخ‌های معتبر.

چشم انداز بازار ایران (برندهای معتبر)

توکل

برند با سابقه و سنتی؛ حضور قدرتمند در
مصارف قنادی و صنایع غذایی.

پامین

تمرکز بر ورزشکاران؛ شناخته شده برای حلالیت
بالا و فرآیند استاندارد.

تلاوینگ

پیشگام صنعت با تکنولوژی های مدرن؛
تمرکز بر بهداشت و بسته بندی های
یکنواخت.

مگز

گزینه موجود در بازار با تاکید بر بررسی
اصالت و استانداردهای بهداشتی پیش از
خرید.

پروتکل‌های ایمنی و هشدارهای فیزیولوژیک



واکنش‌های آلرژیک

هشدار برای افراد حساس به پروتئین تخم‌مرغ (اووالبومین) که ممکن است دچار خارش یا علائم تنفسی شوند.



ناراحتی‌های گوارشی

مصرف بیش از حد می‌تواند منجر به نفخ یا اختلال در جذب سایر مواد مغذی شود.



فشار بر کلیه‌ها

نیازمند احتیاط و مشورت با پزشک برای افراد دارای پیش‌زمینه بیماری‌های کلیوی به دلیل غلظت بالای پروتئین.

انتخاب هوشمندانه: از کجا بخریم؟

برای اطمینان از خلوص مطلق، عدم وجود افزودنی‌های مضر و رعایت دقیق استانداردهای نگهداری، انتخاب مرجع خرید به اندازه خود مکمل اهمیت دارد.

فروشگاه پارسی پودر



تضمین خلوص ۱۰۰٪ و عدم وجود ناخالصی.



بسته‌بندی‌های استاندارد
عایق رطوبت



ارائه محصولات دارای پروانه بهداشتی
و نشان سلامت برای اطمینان خاطر
ورزشکاران.

جمع‌بندی: کاتالیزور رشد شما



پروتئین مطلق

۸۰ تا ۸۵٪ خلوص، بدون قطره‌ای چربی یا کلسترول.



ریکاوری بی‌رقیب

جذب فوری و تامین کامل آمینواسیدهای ضروری (BCAAs).



تطبيق پذیری بالا

سلاح پنهان شما چه در دوران حجم و چه در دوران کات عضلانی.



بدن شما ماشین پیچیده‌ای است؛ با خالص‌ترین سوخت ممکن آن را تغذیه کنید.