

POLNOZRNATA ŽIVILA PONUJAJO VEČ KOT LE PREHRANSKE VLAKNINE

Prehranske vlaknine

Pomagajo urejati prebavo, hranijo koristne bakterije v črevesju in podaljšujejo občutek sitosti.

Minerali

magnezij, cink, železo, fosfor, kalcij
Prispevajo k delovanju mišic, zdravju kosti in zob ter k delovanju imunskega sistema.



Antioksidanti

Naravne spojine, ki varujejo celice pred oksidativnim stresom in s tem podpirajo zdravje.

Vitamini B-kompleksa

Prispevajo k sproščanju energije pri presnovi in pri delovanju živčnega sistema.