

Siken form copos de salvado de avena: contenido en fibra y por ser la avena el cereal más completo, puede ser un excelente desayuno

NOMBRE, FAMILIA Y SUBFAMILIA

Siken form copos de salvado de avena. Siken form food

CATEGORÍA

Alimento

PRESENTACIÓN

Bolsa de 250g en estuche de cartón.

COMPOSICIÓN

Salvado de avena (**gluten**) (55%), harina de maíz, harina de trigo (**gluten**), azúcar moreno, salvado de trigo (**gluten**), harina de malta de **trigo** y de **cebada** (**gluten**), sal.

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

	Por 100g	Por 30g copos avena (ración)
Valor energético	1456 kJ/345kcal	436kJ/ 103kcal
Grasas, de las cuales	4.6g	1.4g
Saturadas	0.8g	0.2g
Hidratos de carbono, de los cuales	57g	17g
Azúcares	7.5g	2.2g
Fibra alimentaria	12g	3.6g
Proteínas	13g	3.9g
Sal	0.58g	0.17g

ACCIÓN / PROPIEDADES

Fibra: además de captar agua, es capaz de disminuir y ralentizar la absorción de grasas y azúcares de los alimentos, lo que contribuye a regular los niveles de colesterol y de glucosa en sangre.

La avena junto con el trigo son considerados los cereales más completos de nuestra dieta debido a sus múltiples nutrientes y las propiedades beneficiosas que poseen para nuestro organismo.

UTILIDAD DEL PRODUCTO

Por su alto contenido en salvado de avena (55%), complementado con otros cereales, es un complemento excelente en una alimentación equilibrada.

MODO DE EMPLEO / PERIODO RECOMENDADO DE USO

Para tomar como desayuno o complemento a una dieta equilibrada añadir al gusto la cantidad de Siken Form copos de salvado de trigo a la leche, café o el líquido deseado. Si se toman los cereales solos, sin líquido, es importante beber abundante cantidad de agua para mejorar su asimilación.

PRECAUCIONES DE USO

Precauciones: recomendamos a las personas que padezcan colitis o una enfermedad crónica de colon, que consulten a su médico antes de consumir Siken form copos de salvado de avena.

Las personas bajo control médico, las mujeres embarazadas o en periodo de lactancia deben consultar con su médico.

ESTUDIOS DE EFICACIA

¹Numerosos estudios avalan los beneficios de una dieta saludable rica en fibra.

CONSUMIDOR

Adultos sanos que sigan una dieta equilibrada y quieran controlar el peso o bien que no tengan tiempo de realizar un comida tradicional.

OTROS DATOS

Código interno: 10553

Código nacional: 390856.4

Código EAN: 8424657105536

Caducidad: 12 meses

IMÁGENES



1 Pirámide alimentos. Nueva pirámide de los alimentos. Walter, C.; Willet, M.D. www.Hsph.harvar.edu/nutritionsource/pyramids.html, 2001-2005