

نان کامل با عطر سلامتی



نان کامل با بهبود سوخت و ساز گلوکز،
در پیشگیری و کنترل "دیابت نوع ۲" مؤثر است.



نان کامل از آردی تهیه می شود که هر سه بخش دانه گندم (سبوس، جوانه، مغز گندم) در آن حفظ می شود.





برگزاری هفته ملی
سالمی
کروه بهبود تغذیه

نان کامل با عطر سلامتی

۲

نان کامل با داشتن "فیبر" و "مواد مغذی مختلف"
به تناسب اندام و کنترل وزن کمک می کند.



نان کامل از آردی تهیه می شود که هر سه بخش دانه گندم (سبوس، جوانه، مغز گندم) در آن حفظ می شود.





نان کامل با عطر سلامتی

نان کامل می‌تواند تا ۵۰ درصد آهن مورد نیاز روزانه یک فرد بزرگسال را تامین کند.

رعايت فرایند تخمیر نان و رعایت زمان ماندگاری خمیر به منظور انجام تخمیر کامل

موجب بهبود کیفیت نان و افزایش جذب آهن، روی و کلسیم موجود در نان می‌شود.



نان کامل از آردی تهیه می‌شود که هر سه بخش دانه گندم (سبوس، جوانه، مغز گندم) در آن حفظ می‌شود.





وزارت بهداشت
سازمان غذا و داروی
کروه بیهوذ تغذیه

نان کامل با عطر سلامتی

۴



صرف نان کامل برای
کاهش سطح چربی و کلسترول خون مفید است.



نان کامل از آردی تهیه می شود که هر سه بخش دانه گندم (سبوس، جوانه، مغز گندم) در آن حفظ می شود.





برگزاری هفته تغذیه ملی
سازمان غذا و داروی اسلامی
کروه بهبود تغذیه

نان کامل با عطر سلامتی

۵



صرف نان کامل در رژیم غذایی بروز "سرطان های دستگاه گوارش"
را تا حد قابل توجهی کاهش می دهد.



نان کامل از آردی تهیه می شود که هر سه بخش دانه گندم (سبوس، جوانه، مغز گندم) در آن حفظ می شود.

