



Brote de Kale

Fuente de Vitamina C (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Fuente de Vitamina E (contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo)

Rico en Ácido Fólico (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Rico en Vitamina A (ayuda al mantenimiento de la visión en condiciones normales)

Rico en Vitamina K (ayuda al mantenimiento de los huesos en condiciones normales)

Rico en Calcio (es necesario para el mantenimiento de los huesos en condiciones normales)



Brote de Espinaca

Fuente de Vitamina C (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Fuente de Potasio (contribuye al mantenimiento de la tensión arterial normal)

Rico en Ácido Fólico (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Rico en Vitamina A (ayuda al mantenimiento de la visión en condiciones normales)

Rico en Vitamina K (ayuda al mantenimiento de los huesos en condiciones normales)



Canónigo

Fuente de Vitamina C (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Fuente de Vitamina K (ayuda al mantenimiento de los huesos en condiciones normales)

Fuente de Potasio (contribuye al mantenimiento de la tensión arterial normal)

Fuente de Calcio (es necesario para el mantenimiento de los huesos en condiciones normales)

Rico en Ácido Fólico (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Rico en Vitamina A (ayuda al mantenimiento de la visión en condiciones normales)



Zanahoria

Rico en Vitamina A (ayuda al mantenimiento de la visión en condiciones normales)



Frutos Secos

(Albaricoque, semillas de girasol y cacahuetes)

Fuente de Potasio (contribuye al mantenimiento de la tensión)

Rico en Vitamina E (contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo)

Rico en Calcio (es necesario para el mantenimiento de los huesos en condiciones normales)



Aderezo de Frutas

(Naranja y piña)

Fuente de Vitamina C (ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga)

Rico en Vitamina E (contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo)

Rico en Vitamina A (ayuda al mantenimiento de la visión en condiciones normales)