

## Դեսերտ աղանդեր Monte 55գ

Յոգուրտը սննդարար, սպիտակուցներով, կալցիումով, բիբոֆլավինով, B6 և B12 վիտամիններով հարուստ մթերք է: Ի տարբերություն կաթի՝ յոգուրտն ունի որոշակի սննդային առավելություններ: Այն անձինք, ովքեր դժվարությամբ են մարսում կաթնաշաքարը, կարող են օգտագործել յոգուրտ՝ առանց վնասակար հետևանքների, քանի որ յոգուրտի խմորման ընթացքում բակտերիաները կաթնաշաքարը վերափոխում են կաթնաթթվի: Քիչ յուղայնությամբ յոգուրտների օգտագործումը, շնորհիվ կալցիումի, կարող է նպաստել քաշի կորստին:

Քաշ (գրամ) - 55

Բաղադրություն- Շաքարավազ, մոդիֆիկացված օսլա, կակաոյի փոշի, կաթի սպիտակուց, անուշաբույրեր, պնդուկ: