

■ Fibra de Maçã

A FIBRA DE MAÇÃ MHS FOODS é elaborada a partir de maçãs selecionadas, preservando quase todas as características nutricionais fruta in natura. É rica em pectina, fibra solúvel que em nosso organismo se transforma em um gel, que retém e elimina grande parte dos açúcares e gorduras dos alimentos, grandes responsáveis pelo aumento de peso e das elevadas taxas de colesterol. A pectina também estimula o funcionamento intestinal, eliminando a prisão de ventre. O alto teor de potássio contido na maçã faz eliminar o sódio excedente, conseqüentemente o excesso de água retida no corpo. É também elemento indispensável na geração de energia para atividade celular, nas contrações musculares e na transmissão de estímulos nervosos. Fortificante do sistema nervoso pelo conteúdo em fósforo, a maçã estimula o funcionamento do cérebro e . predispõe um sono tranqüilo.

■ Benefícios

- Auxilia no emagrecimento;
- Auxilia na regularização das taxas de colesterol;
- Diminui a prisão de ventre;
- Diminui o inchaço;
- Auxilia na melhora da circulação sanguínea, auxiliando o coração;
- Auxilia no combate à insônia;
- Calmante;
- Previne a fadiga mental.

MODO DE USAR: Adicionar 1 colher de sopa, 3 X ao dia nas refeições, sucos ou na sua bebida preferida.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

Porção de 7g (1 colher de sopa)		
Quantidade por porção		% VD (*)
Valor Energético	7 kcal	1%
Carboidratos	2 g	1%
Proteínas	0 g	0%
Gorduras Totais	0 g	0%
• Gorduras saturadas	0 g	0%
• Gorduras trans	0 g	(**)
Fibra Alimentar	4 g	17%
Sódio	qsn	0%

(*) % Valores diários com base em uma dieta de 2000 kcal e 8400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

(**) Valor diário não especificado. qsn= quantidade não significativa

PRECAUÇÕES: Não ingerir mais do que 1g de fibra por kg de peso corporal por dia.