BENE SI' Frollini con semi di chia e semi di lino 300 g

Gli omega-3 sono acidi grassi polinsaturi; vengono definiti essenziali perché non possono essere sintetizzati dall'organismo e vanno introdotti con la dieta.
Sono naturalmente contenuti nei semi di chia, nei semi di lino e nell'olio di lino.
L'ALA (acido alfa-linolenico) contribuisce al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue.
L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 2g di ALA.
Una porzione di 5 frollini contiene 1,2g di ALA, pari al 60% della dose quotidiana suggerita.
Sono anche naturalmente ricchi di fibra di frumento che contribuisce all'accelerazione del transito intestinale.
L'effetto indicato si ottiene con l'assunzione giornaliera di almeno 10g di fibre di frumento.
Una porzione di 5 frollini contiene 2,4g di fibra di frumento, pari al 24% della dose quotidiana suggerita.

Ricco di fibre, di cui fibra di frumento 6%

Si consiglia di praticare sport, seguire uno stile di vita sano e una dieta varia ed equilibrata.

Come smaltire le calorie in eccesso?
Ad esempio 30 minuti di camminata equivalgono a circa 100 kcal.
La linea Bene.sì Coop è dedicata a chi vuole trattarsi bene ogni giorno attraverso un'alimentazione adeguata alle proprie specifiche esigenze, perché comprende prodotti che contribuiscono al benessere quotidiano.
Naturalmente ricchi di fibra di frumento**
Naturalmente ricchi di acidi grassi omega-3*
*che contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue
**che contribuisce all'accelerazione del transito intestinale

Ingredienti

Farina di **grano** tenero integrale 57% , Olio di semi di girasole, Zucchero, Semi di chia (Salvia hispanica) 5,5%, Semi di lino 5,5%, Farina di mais, Zucchero di canna, Albume d'**uovo** fresco, **Latte** scremato in polvere, Olio di lino 1,7%, Miele, **Uova** fresche, Agenti lievitanti (carbonato acido di sodio, carbonato acido di ammonio, difosfato disodico, fosfato monocalcico), Sale, Aromi, Cannella, Antiossidante: estratto di rosmarino, Può contenere tracce di **frutta a guscio, semi di sesamo** e **soia**

[riduci]

Condividi su:

Consigli di conservazione

Modalità di conservazione
Per mantenere inalterata la fragranza, dopo l'apertura riponi la confezione in un luogo fresco ed asciutto.

Valori nutrizionali

	per 100 g	Per frollino (8g)	AR % *
Energia	1957 kJ	157 kJ	1,9 %
Energia	468 kcal	37 kcal	1,9 %
Grassi	21 g	1,7 g	2,4 %
di cui acidi grassi saturi	2,1 g	0,2 g	0,8 %
di cui monoinsaturi	12,6 g	1 g	
di cui polinsaturi	6,3 g	0,5 g	
Carboidrati	56 g	4,6 g	
di cui zuccheri	16 g	1,2 g	1,4 %
Fibre	8,7 g	0,7 g	
Proteine	9,5 g	0,8 g	
Sale	0,9 g	0,07 g	1,2 %

Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente
Cos'è - Sacchetto - Materiale misto - C/PAP81 | Dove va - Raccolta carta

Allergeni presenti negli ingredienti

Soia e prodotti derivati

Semi di sesamo e prodotti derivati

enti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati

p Novacoop - Internet

Valori nutrizionali

	per 100 g	Per biscotto (7g)	AR % *
Energia	1890 kJ	132 kJ	1,6 %
Energia	449 kcal	31 kcal	1,6 %
Grassi	12 g	0,8 g	1,2 %
di cui acidi grassi saturi	1 g	0 g	0,4 %
Carboidrati	75 g	5,3 g	
di cui zuccheri	18 g	1,3 g	1,4 %
Fibre	7,8 g	0,5 g	
Proteine	6,4 g	0 g	
Sale	0,4 g	0,03 g	0,47 %

Informazioni Smaltimento

Coop per l'ambiente
Cos'è - Sacchetto - Poliaccoppiato base carta - C/PAP81 | Dove va - Raccolta carta*
*Riciclabile di livello B (Aticelca 501/13) - Verifica il sistema di raccolta dei rifiuti da parte del tuo comune

Allergeni presenti negli ingredienti

Soia e prodotti derivati

Cereali contenenti glutine (grano, orzo, farro, ...) e prodotti derivati

Uova e prodotti derivati

Latte e prodotti derivati (compreso lattosio)

Frutta a guscio (mandorle, nocciole, noci, pistacchi, ...) e prodotti derivati