

Oggi scegli il calcio di latte e derivati



Sapevi che il calcio di **latte e derivati** è più biodisponibile rispetto a quello delle **verdure**? Questo minerale si trova infatti anche negli spinaci, nei **cavoli**, nelle **erbette**, ecc. ma la capacità del nostro organismo di assorbire il **calcio** degli alimenti vegetali è nettamente inferiore rispetto a quelli animali (più del 70% del calcio vegetale non viene assorbito). Il Grana Padano DOP contiene la maggiore quantità di calcio biodisponibile: usalo **tutti i giorni** per condire i tuoi piatti e guadagna salute.

AVVERTENZE

Tutte le raccomandazioni e i consigli presenti in questo articolo hanno esclusivamente scopo educativo ed informativo e si riferiscono al tema trattato in generale, pertanto, non possono essere considerati come consigli o prescrizioni adatte al singolo individuo, il cui quadro clinico e condizioni di salute possono richiedere un differente regime alimentare. Le informazioni, raccomandazioni e i consigli sopracitati non vogliono essere una prescrizione medica o dietetica, pertanto il lettore non deve, in alcun modo, considerarli come sostitutivi delle prescrizioni o dei consigli dispensati dal proprio medico curante.