



تخم شربتی، بمب کوچولو خورده

این بمب کوچولو تقریباً شامل تمام مواد غذاییست ولی اصلاً کالری ندارد و به شما کمک می‌کند وزن خود را کاهش دهید. در ضمن تخم شربتی ناراحتی‌های دستگاه گوارش را هم از بین می‌برد.

این بمب کوچولو تقریباً شامل تمام مواد غذاییست ولی اصلاً کالری ندارد و به شما کمک می‌کند وزن خود را کاهش دهید. در ضمن تخم شربتی ناراحتی‌های دستگاه گوارش را هم از بین می‌برد.

به گزارش جام جم آنلاین، تخم شربتی حاوی کلسیم پنج برابر شیر، هفت برابر ویتامین C نسبت به پرتقال، سه برابر آهن بیشتر از اسفناج، دو برابر مقدار پتاسیم موز و هشت برابر بیشتر امگا 3 از ماهی سالمون می‌باشد.