



Una taza de 90 g de germinado de soya aporta:

| Grasa saturada<br>0 kcal    | Otros<br>proteas<br>0 kcal | Azúcares<br>totales<br>0 kcal | Sodio<br>3 mg | Energía<br>por<br>porción<br>80 kcal |
|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------|--------------------------------------|
| 0%                          | 0%                         | 0%                            | 0%            | 16 kcal                              |
| % de los nutrientes diarios |                            |                               |               | 5 tazas<br>por onza                  |

Nuestros germinados están libres de pesticidas y provienen de semillas certificadas, libres de Salmonella y de E. coli O157:H7.

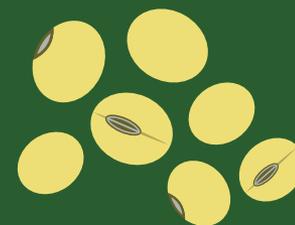
# FIGHA TÉCNICA

## GERMINADO DE SOYA



# GERMINADO DE SOYA

*Vigna radiata*



## GERMINACIÓN



6 días

## DURACIÓN DE VIDA



13 días

## REFRIGERACIÓN



2°C a 6°C

## PORCIÓN RECOMENDADA



50 gr de germinado al día

## DISPONIBILIDAD



Todo el año



## CARACTERÍSTICAS NUTRICIONALES

**VITAMINAS:** A, D, E, B1, B2, B3, B5, B6, B7, B9.

**MINERALES:** Potasio, fósforo, calcio, hierro y magnesio.

**AMINOÁCIDOS:** Isoleucina, leucina, lisina, metionina y cisteína.

## BENEFICIOS

- Contiene cantidades importantes de **Complejo B** que brinda energía a todas las células.
- Contiene **caseína** que ayuda a la mantención de los músculos.
- **Isoflavonas** que tienen efecto de mantener en buen estado el corazón.

## RECOMENDACIONES DE USO

Sabor agradable que puede combinarse con ensaladas, dips, sandwiches, pizzas, sopas, aguas frescas, fruta, yogurt o solo como una colación.