

РАЗУМНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ

**Эксперты
О МОЛОЧНЫХ
продуктах:**

Какой творог полезней?



- Недавно купила мягкий творог «Нежный», попробовала, понравился его действительно нежный вкус. Но подруга считает, что наиболее полезен классический творог. Так ли это? Откуда полезные вещества усваиваются лучше?

Ирина, Минск.

В принципе, и классический, и мягкий творог является источником полезного белка, кальция, фосфора. К тому же творожный белок богат незаменимыми аминокислотами, которые необходимы для нормальной жизнедеятельности нервной системы, а также органов пищеварения. Также в твороге содержится молочный жир, который помогает восполнять энергетические затраты организма, - рассказывают специалисты ОАО «Савушкин продукт».

Однако мягкий творог «Нежный» компании «Савушкин продукт» выгодно отличается в категории творогов. В процессе производства этот творог, в отличие от классического, не подвергается высокотемпературной обработке. Современное оборудование и технология, используемые при его производстве, позволяют максимально сохранить в готовом продукте все полезные свойства молока и обеспечивают высокое содержание легкоусваиваемого белка, кальция и фосфора. К тому же мягкий творог «Нежный» - полноценный источник микро- и макроэлементов, необходимых для обмена белков и углеводов в организме.

Кроме того, Институтом НАН Беларуси были проведены исследования полезных свойств мягкого творога «Нежный», в результате которых экспериментально доказано, что регулярное потребление мягкого творога «Нежный» способствует:

- ✓ повышению содержания в костной ткани кальция и фосфора;
- ✓ повышению содержания в крови общего белка.

Именно поэтому мягкий творог является отличным средством для профилактики сколиоза и остеопороза и незаменимым продуктом для тех, кто хочет иметь красивую осанку и крепкие кости.

Важно отметить, что при регулярном употреблении мягкого творога значительно снижается риск развития заболеваний желудочно-кишечного тракта и сердечно-сосудистой системы. Мягкий творог рекомендуется для быстрого восстановления организма после физических нагрузок, а также для активизации мыслительной деятельности.

Сегодня «Савушкин продукт» выпускает мягкий творог «Нежный» обезжиренным и с 5%-ным содержанием жира. И кроме всех вышеуказанных рекомендаций обезжиренный творог «Нежный» является продуктом номер 1 для тех, кто следит за фигурой. Все это делает мягкий творог уникальным и незаменимым продуктом для всех, кто заботится о своем здоровье и о здоровье близких.

Инна ВАСИЛЬЕВА.



Инна Васильева. Эксперты о молочных продуктах: какой творог полезней?