

ПРИРОДНАЯ КЛАДОВАЯ ЗДОРОВЬЯ

В составе оболочек зерен присутствуют белки, токоферол и витамины группы В, минеральные соли фосфора, железа, кальция и магния.

Ядро его содержит максимум крахмала и минимум полезных элементов.

Поэтому пищевая и диетическая ценность муки, смолотой из зерна вместе с оболочкой, намного больше, чем высокосортной из очищенных зерен.

Но главное богатство цельнозерновой муки – это клетчатка, которой нет в очищенном продукте

Растительные грубые волокна не всасываются в ЖКТ, а набухают, собирая все токсины, и полностью выводят их из организма.



Учеными давно доказано: хотите победить «болезни цивилизации» – ожирение, сахарный диабет, атеросклероз, остеопороз, проблемы с ЖКТ - ешьте продукты из цельного зерна с богатым содержанием клетчатки.

ПОЧЕМУ МЫ?

Мы любим цельнозерновой хлеб и выпекаем его сами. Однако, достойных производителей **муки грубого помола** в России совсем немного.

Поэтому мы стали производить её сами, следуя богатым традициям Руси.

Возрождаем старинные технологии и измельчаем зерна на жерновах, чтобы сохранить истинные дары русской земли.

Отсюда и название - **ТМ «ЖЁРНОВ».**

В отличие от промышленного помола, на каменных жерновах мука не перегревается и не окисляется, а значит, сохраняет ценные свойства зерна.

НАША ЦЕЛЬ –

дать людям возможность выбора
какие продукты лучше покупать.

ЗДОРОВЬЕ –

это красота и молодость, о нем приятно
заботиться. Сделайте уверенный шаг
к здоровью - **добавьте в свой рацион
полезную цельнозерновую муку!**

ПОМЕНЯЙТЕ РАФИНИРОВАННУЮ МУКУ НА ЦЕЛЬНОЗЕРНОВУЮ!

ООО «Доброделы» 153035, Россия, г. Иваново,
ул. Лежневская, д. 119, литер А, помещ. 1013,
тел. 8(4932) 21-10-35, e-mail: info@zhernoff.ru,
сайт: zhernoff.ru



ЖЁРНОВ

ЦЕЛЬНОЗЕРНОВАЯ МУКА

**ПЕРЕХОДИ
НА СТОРОНУ ПРАВИЛЬНОГО
ПИТАНИЯ!**

ВЕРНЕМ ЗДОРОВЫЕ ТРАДИЦИИ В ПИТАНИЕ С ТМ «ЖЁРНОВ»

Современный рацион человека немыслим без продуктов из муки высших сортов, к которым мы привыкли с детства. Что же в них плохого?

- абсолютные калории и, как следствие, лишний вес;
- быстрые углеводы, повышающие сахар и холестерин в крови.

Хлеб и сдоба – одни из основных продуктов во многих семьях, поэтому мука для выпечки должна быть, по возможности, полезной.

Как сохранить её питательные свойства во времена высоких технологий?

Мы знаем этот способ и используем его.

ИЗ ЧЕГО СОСТОИТ БЕЛАЯ МУКА?

Отсутствуют

- Витамины
- Полезные микроэлементы
- Клетчатка

Содержатся в избытке

- Консерванты
- Разрыхлители
- Улучшители

Теперь пометка «высший сорт» указывает не на качество продукта, а говорит об агрессивной обработке зерна. Такая «чистая» мука не только не приносит никакой пользы, но еще и вредна для здоровья.

Прежде всего, страдают дети, которые привыкли к сладкой выпечке.

ДАВАЙТЕ МЕНЯТЬ ПОДХОД

Во многих странах продукты из цельнозерновой муки давно вошли в культуру питания.

Из такой муки пекут хлеб, делают домашнюю пасту, пряники, фруктовые пироги.

- Цельнозерновой хлеб на 17% снижает риск раннего развития гипертонии.
- Клетчатка, входящая в состав муки из цельных зерен, обеспечивает ровное поступление в кровь глюкозы и позволяет избежать резких скачков уровня сахара.
- Хлеб с цельнозерновыми отрубями включен европейскими диетологами в двадцатку продуктов, продлевающих жизнь.



КАК БЫЛО РАНЬШЕ?

? А знаете ли вы, что наши деды питались преимущественно «черным» хлебом из цельнозерновой муки?

В те времена зерно мололи каменными жерновами и все его полезные свойства при этом сохранялись. Из муки грубого помола пекли вкусный и сытный хлеб. Никогда раньше продукты из очищенной муки не ели каждый день!!! Её использовали лишь для особых случаев и сладких угощений.



МЫ ЗА ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ

Сегодня люди начинают дорожить своим здоровьем и задумываются о качестве и составе продуктов. Мы тоже за здоровый образ жизни и не хотим болеть.

Изучив старинные технологии, ТМ «Жёрнов» производит цельнозерновую **муку грубого и тонкого помола**, сохраняя всю пользу зерна.

