

Porque es un alimento de gran valor nutritivo, económica e incluso es superior a otros alimentos que consideramos más importantes. Observe el comparativo de porcentajes de riqueza nutricional:

LO MEJOR DOBLEMENTE BUENO SI ADEMÁS ES DELICIOSO PRUEBELO Y COMPRUEBELO	SOYA INTEGRAL	LECHE ENTERA	CARNE BOVINA	CARNE POLLO	HUEVOS
PROTEINA	37.5	3.3	17.5	20.1	11.8
GRASA	18.0	3.9	21.0	12.6	11.0
CARBOHIDRATOS	24.0	5.0	-	-	-
FIBRA	4.8	-	-	-	-
AGUA	12.0	87.1	60.0	66.0	65.5
MINERALES	4.1	0.7	0.9	1.0	1.2

Según las tablas anteriores **La Soya** contiene un 37.5% de proteína y la Carne bovina solamente el 17.5%

Si elaboramos una hamburguesa de 100 Gramos solamente en carne contiene 17.5 Gramos de proteína, si la preparamos con mitad carne y mitad **Masa de Soya** suministrará 27.5 Gramos de proteína 57% mayor valor proteico y además proporcionara.....

FIBRA + CARBOHIDRATOS.

- Colesterol

Alimentos a base de Soya

Leche - sorbetes
 Queso Tofu
 Pericos
 Mayonesa - Arequipe
 Natillas - Panelitas
 Torta de carne
 Hamburguesas
 Sopas- Jamón
 Buñuelos -arepas
 Pancakes

PORQUÉ LA SOYA...?

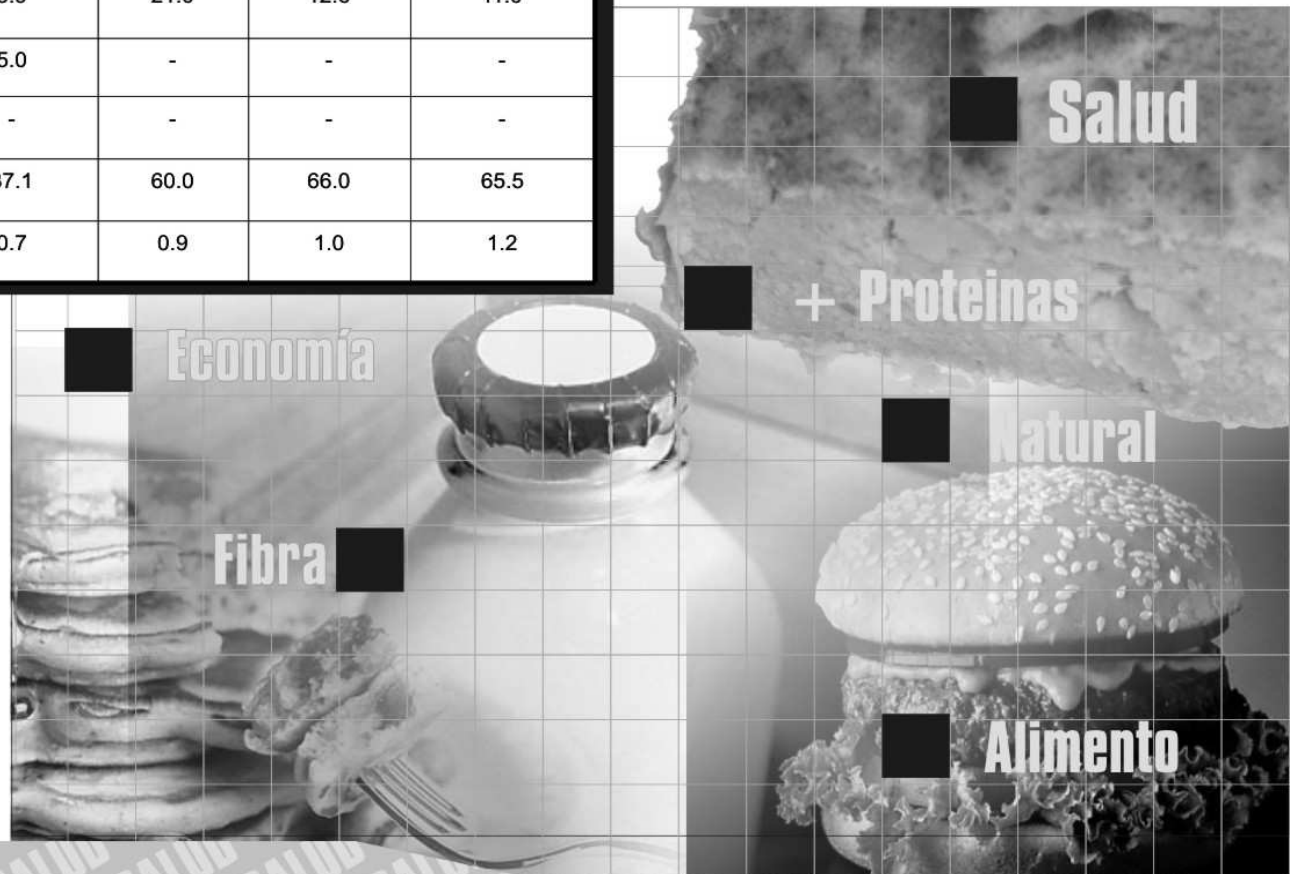


TABLA COMPARATIVA DE LA SOYA CON OTRAS LEGUMBRES (contenido en 100gr.)

ALIMENTO	Caloría	Proteína	Grasa	Carbón	Fibra	Calcio m. g.	Hierro m. g	VIT. A	VIT. B1	VIT. B2
ARVEJAS	308	23.9	0.8	54	6.5	60	4.6	220	0.78	0.18
FRIJOLES	302	20.4	1.2	54.6	5.0	100	7.1	-	0.43	0.12
LENTEJA	315	23.5	-	56.5	4.4	70	9.5	-	0.50	0.18
SOYA (GRANO)	366	34	16.1	27.9	7.3	210	8.9	40	0.77	0.15
*LECHE DE SOYA	30	3.8	1.0	2.1	-	18	0.3	40	0.05	0.04
BIENESTARINA	319	26	1.4	58.2	1.4	512	14.1	200	1.99	0.50

Beneficios adicionales

- Ataca la desnutrición
- Reduce el Colesterol
- Vigoriza la capacidad de trabajo
- Bajo contenido en grasa
- Ayuda a la construcción de tejido muscular
- Aumenta la capacidad de atención
- Libre de lactosa
- Producto natural

Pedidos

PORQUÉ LA SOYA...?

es deliciosa humm...!



**entere se
y decida**