

Хранене за здраве

Едновременен прием на бирена мая и рибено масло

Може ли да се пие едновременно бирена мая и рибено масло на 16 години съм и по колко?

Отговор

Бирената мая и рибеното масло могат да бъдат приемани едновременно без проблеми. Маята се консумира в дози 1 чаена лъжичка гранули 3 пъти дневно по време на хранене, а рибеното масло - 5ml /1 чаена лъжичка/ преди всяко хранене.

Ако рибеното масло е на капсули, следвайте инструкциите на опаковката. ♦