



Omega 4 seed mix

pumpkin seeds
sunflower seeds
flax seeds &
sesame seeds

Omega mix so 4 seminja
semki od tikva, sončogled,
leneno seme i susam



GMO free

Per 25g

Calories
603kJ/
144kcal
7%*

* GDA

net weight 100g



Omega 4 seed mix

A healthy and tasty mix of various seeds. Perfect for a salad.

Bogat izvor na dietetski vlakna i omega 3 i 6 esencijalni masni kiselini



EN BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA 4 SEED MIX. Ingredients: Pumpkin seeds 25%, sunflower seeds 25%, linseed (flax seeds) 25%, sesame seeds 25%. Allergen info: Contains sesame, may contain traces of gluten, soybeans, peanuts and nuts. Store in a dry, dark and cool place. Country of origin: Made in Macedonia from local and imported raw materials.

MK BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA MIKS OD 4 SEMIŃA. Sastojci: semki lupeni od tikva 25%, sončogled lupen 25%, leneno seme 25%, susam 25%. Alergen info: Sadrži susam, može da sadrži tragovi od glutena, soja, kikirikija i jatkasti plodovi. Da se čuva na suvo, tamno i hladno mesto. Zemlja na poteklo: Proizvedeno vo Makedonija so lokalni i uvezeni suvovi materijali.

SL BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA 4 FARE PERZIERJE. Perbèrèst: fara kungull 25%, fara luledielli 25%, liri (fara liri) 25%, farat e susamit 25%. Alergen info: Pèmiban susam, mund tè pèmabajè gjesè tè gluten, sojè, kikirikè, dhe bërthama tè frutave. Ìe ruhèt nè vend tè thate, tè erèt dhe tè frutè. Vend i pèrsardhjes: E prodhuar në Makedoni nga lëndè tè para vendase dhe tè importuara.

SR BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA 4 MÈSÀVINE SEMENA. Sastojci: Seme bundeve 25%, seme suncokreta 25%, laneno seme 25%, seme sezama 25%. Informacije o alergijama: Sadrži susam, može da sadrži tragove glutena, soje, kikirikija i orašastih plodova. Pohranite na suhom, tamnom i hladnom mjestu. Zemlja podrijetla: Proizvedeno u Makedoniju s lokalnim i uvezanim sirovinama.

HR/BH BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA MËSÀVINA 4 SJEMENKI. Sastojci: Sjemenke bundeve 25%, sjemenke suncokreta 25%, laneno sjeme 25%, sjemenke sezama 25%. Informacije o alergijama: Sadrži sezam, može da sadrži tragove glutena, soje, kikirikija i orašastih plodova. Pohranite na suhom, tamnom i hladnom mjestu. Zemlja podrijetla: Proizvedeno u Makedoniju s lokalnim i uvezanim sirovinama.

DE BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA 4 SAMENMISCHUNG. Zutaten: Kürbiskerne 25%, Sonnenblumenkerne 25%, Leinsamen 25%, Sesam 25%. Allergienhinweis: Enthält Sesam; kann Spuren von Gluten, Soja, Erdnüssen und Nussfrüchten enthalten. Kühl, trocken und dunkel lagern. Herkunftsland: Hergestellt in Mazedonien, aus inländischen und eingeführten Rohstoffen.

ST BE GOOD SUPERFOOD - OMEGA 4 MËSÀVINE SEMEN. Sestavine: Seme buče 25%, sončično seme 25%, laneno seme 25%, sezamovo seme 25%. Alergen info: Vsebuje sezama, lahko vsebuje sledi glutena, soje, arašide in oreščkov. Hranite na suhem, temnem in hladnem mestu. Zemlja porekla: izdelano v Makedoniji z lokalnimi in uvoznimi surovinami.

Nutrient Value/

Нутритивна вредност/Vlera ushqyese/Nutritivna vrednost/Nährstoffe:

100g/r

Energy value/Енергетска вредност/Vlera energetike/Energietiska vrednost/Brennwert: ...	2411kJ/576kcal
Total Fat/Вкупни масти/Totali yndyra/Ukupno masti/Fett insgesamt: ...	48.1g
Saturated fat/Заситени масти/Ëndyra të ngopura/Zasićene masti/Gesättigte Fette: ...	5.9g
Carbohydrates/Јарнехидрати/Karbohidrate/Љgjeni hidrati/Kohlenhydrate: ...	7g
Of which sugars/Од кои шеќери/Nga të cilat sheqema/Od kojih šećera/Davon Zucker: ...	1.8g
Dietary fiber/Диететски влакна/Fibra dietik/Dijetetska vlakna/Nahrungsfaser: ...	11.8g
Protein/Протеини/Proteina/Belancevine/Eiweiß: ...	23.7g
Salt/Сол/Kripë/So/Salz: ...	0.067g
Cholesterol/Холестерол/Kolesterol/Holesterol/Cholesterol: ...	0mg

ОМЕГА 4 МИКС НА СЕМИЊА

Извонредна мешавина од 4 семиња: семки од тиква, сончоглед, ленено семе и сусам. Одличен извор на диетални влакна, протеини, железо, калциум, магнезиум, фосфор и витамин Б1.



Со секојдневно конзумирање на овој микс семиња правите многу за вашето здравје.

- Високата содржина на омега -3 и омега-6 масни киселини го намалуваат лошиот холестерол во крвта, а со тоа помагаат и во превенција од срцеви заболувања.

- Присуството на цинк и железо како и на незаситени масни киселини помагаат во одржување на здрави и витални бубрези и простата.

- Богатиот извор на корисни масти, витамин Б1 како и минералите (калциум, магнезиум и фосфор) овозможуваат правилен раст и развој како и правилна работа на штитната жлезда.

- подобро варење на храната – присуството на растителни влакна поволно делува на желудочните и цревните нарушувања

Здрав и вкусен микс на семиња. Одличен додаток во салата, смуди