

# PAN con MAIZ y OMEGA 3

Paneco

INGREDIENTES: Harina de trigo, Agua, Maíz estrusio-  
nado, Pipas de Girasol, Harina de Maíz, Gluten de trigo,  
Aceite vegetal, Omega 3 (0,6%), Sal Iodada, E-300,  
E920, Encimas de trigo.

VALOR NUTRICIONAL / 100g	
Valor Energético	1239 kj – 224Kca
Proteínas	10.8g
Hidratos de Carbono	49.8g
Grasas	5.64g
Fibra alimentaria	2.8g
OMEGA 3	0.6%



## ¿QUÉ SON LOS ÁCIDOS GRASOS OMEGA 3?

Los **ácidos grasos Omega 3** se encuentran en alimentos que cada vez consumimos menos debido a las tendencias actuales de alimentación, es por ello que se hace necesario adquirirlas de alimentos enriquecidos como el pan.

Los **ácidos grasos Omega 3** ayudan a preservar la **salud del sistema cardiovascular**, a mantener un corazón sano, libre de exceso de colesterol, previene el envejecimiento y ciertas enfermedades.

## PROPIEDADES DEL MAIZ

El maíz es un alimento con un alto contenido en hidratos de carbono, vitamina B, fibra, calorías, ácidos grasos poliinsaturados, vitamina B6, vitamina E, yodo, vitamina B2, vitamina B9 y magnesio.