

菠菜鐵

Spinach Iron Essential Blend



5公克×10包/盒 0216629

菠菜鐵

Spinach Iron Essential Blend

採用溫和植物性大補「鐵」 菠菜萃取來源，讓您天天輕鬆喝出紅潤好氣色。特別添加蘋果酸與硫酸亞鐵協同作用，促進吸收與利用，每包含18毫克鐵，滿足每日所需，讓您活力滿滿，由內而外綻放健康光采。粉狀沖泡飲品設計，破除傳統鐵劑常見的金屬味與不適感，清新順口、好喝又貼心，是您維持健康的最忠實鐵粉。礦物質鐵為構成血紅素與肌紅素的重要成分，有益正常紅血球的形成，幫助氧氣的輸送與利用。

產品優勢

- 每日1包，達標國人膳食營養素參考攝取量(簡稱DRIs)
- 植物性鐵來源，天天喝出蘋果美肌
- 溫和配方，好喝、好消化
- 二價鐵、好吸收，維護健康必備的鐵飯碗

特色



美國製造

無麩質、
小麥或酵母不含甜味劑
或防腐劑

無色素



植物性成分

常見問答FAQ

Q：菠菜鐵與一般市售鐵劑的差異為何？

A：市售補鐵產品多為膠囊或錠狀，菠菜鐵以草本營養為基礎所設計的獨特粉狀沖泡飲品，有別於一般的丸丸錠錠，以更健康、更方便的方式從日常飲食中增加鐵攝取。提供源自菠菜的鐵營養及優質的二價鐵-硫酸亞鐵，搭配超給力的蘋果酸，讓營養吸收零折扣。全植物性成分，更是素食者補鐵的最佳利器。

Q：菠菜鐵對健康有何益處？

A：鐵是構成血紅素與肌紅素的重要成分，有助於正常紅血球的形成，對於身體內氧氣的輸送與利用幫助甚大。依據衛生福利部國民健康署公布的「國人膳食營養素參考攝取量(DRIs)」，每日建議攝取10毫克的鐵，10~18歲成長中的青少年及19~50歲的女性，每日應攝取15毫克的鐵，懷孕第三期或哺乳期，則每日需額外增加30毫克，由此可見，鐵對維持健康的重要性，而且攝取量因不同的成長階段而有差異。每包菠菜鐵含有18毫克的二價鐵，植物性來源，無動物性成分污染疑慮，同享動物鐵般的營養效益，為紅潤好氣色的必備飲品、全家人優化氧氣運送與利用的好幫手、更是素食者鞏固健康的強力「鐵」錘。

建議方式

每包溶於240毫升的開水中即可飲用，亦可添加在果汁中一同飲用。每日1包。

優質成分

菠菜

知名卡通大力水手吃了瞬間晉級活力的食物，現代營養分析也發現菠菜含有多种維生素與礦物質，如維生素A、β-胡蘿蔔素、葉酸、鐵、鎂、鈣、鉀等，是餐桌上最給力的小綠葉。

硫酸亞鐵

優質的二價鐵來源，可幫助補充體內所需的礦物質鐵，有助於正常紅血球的形成，可滋補強身，給您神采奕奕、紅光滿面的開運好氣色。

蘋果酸

存在未成熟的蘋果、葡萄、山楂、梅子等食物中，賦予食物特殊的清爽酸味，可生津止渴、促進新陳代謝，更可幫助鐵吸收，是補鐵的助攻神隊友。

營養標示

營養標示		
每一份量	240 毫升	每份
本包裝含	10 份	每100毫升
熱量	10大卡	4.2大卡
蛋白質	0.1公克	0.04公克
脂肪	0公克	0公克
飽和脂肪	0公克	0公克
反式脂肪	0公克	0公克
碳水化合物	3.8公克	1.6公克
糖	0.2公克	0.06公克
膳食纖維	1.8公克	0.7毫克
鈉	16毫克	7毫克
鐵	18毫克	7.5毫克