

Multifunktionell kost – komponenter

Multifunktionell kost baseras på följande aktiva beståndsdelar:

Lågt glykemiskt index

Vinäger

Kanel

Lösliga kostfiber bl a i form av Ljust portföljbröd (ett ljust bröd med högt innehåll av lösliga fiber och ett lågt glykemiskt index) och Mörkt portföljbröd (ett mörkt bröd med stor andel hela kornkärnor och ett lågt glykemiskt index), havre baserad fiberdryck, beta-glukaninnehållande frukostcerealie
Vassleprotein

Kolesterolsänkande

Växtsteroler

Sojaböner och sojaprotein

Mandel

Lösliga kostfiber (se ovan under Lågt glykemiskt index)

Antioxidanter

Kanel

Blåbär

Fullkorn

Korn i form av hela kokta kornkärnor samt Mörkt portföljbröd

Beta-glukaninnehållande frukostcerealie

Prebiotika och probiotika

Mjölksyrabakterier

Lösliga kostfiber (se ovan under Lågt glykemiskt index)

Omega-3 fettsyror

Feta fiskprodukter

Rapsolja