

## VISTI E PRESI



Yogurt da bere probiotico con latte 100% Alto Adige al gusto di mango e lime, con pochi grassi. **Bella Vita sistema immunitario di Latteria Merano, 0,98 euro.** Yogurt bio al lampone da latte fieno, ricco di fermenti lattici vivi per il benessere dell'intestino. **Latteria Vipiteno, 1,29 euro.** Pepite croccanti di fiocchi di avena al caramello salato con cioccolato bianco. **Crunchy di Vivbio, 4,98 euro.**

## Colazione light

**Yogurt, cereali, fiocchi d'avena: tante idee per iniziare la giornata con alimenti leggeri e nutrienti, ricchi di fibre, proteine, vitamine. Ma anche golosi e stuzzicanti**

DI MIMOSA BOSELLI



Flakes di grano 100% italiano Khorasan integrale fonte di energia, senza zuccheri aggiunti. **Alce Nero, 3,35 euro.** Keto granola bio con cocco e lamponi ideale per ridurre l'apporto di carboidrati e di zuccheri, senza l'utilizzo di cereali e senza glutine. **Probios, 6,23 euro.** Kefir multifrutti con latte 100% sardo, ricco di proteine, con fermenti di lattici vivi e senza lattosio. **Arborea, 0,99 euro circa.**



Soffici fiocchi di avena con burro di arachidi, ricchi di proteine e con alto contenuto di fibre. **Fiorentini, 2,39 euro circa.** Yogurt alla frutta, vaniglia e caffè, senza lattosio con latte parzialmente scremato 100% italiano e con fermenti lattici vivi. **Enjoy free da Aldi, 1,99 euro.** Yogurt greco magro 0% di grassi, colato (senza siero), al gusto delicato di pistacchio. **Müller, 1,59 euro.**