

骆驼奶粉新疆生产厂家军农乳业可克达拉厂家裸价供货300克

产品名称	骆驼奶粉新疆生产厂家军农乳业可克达拉厂家裸价供货300克
公司名称	伊犁那拉乳业集团有限公司
价格	598.00/罐
规格参数	品牌:边疆岁月 规格:300克 产地:可克达拉
公司地址	巩留县库尔德宁镇
联系电话	13119109194

产品详情

很多人都知道喝驼奶补钙效果非常好，但有人说，驼奶是增肥食品，不敢多喝。需要告诉大家的是，驼奶在天然食品中营养最为全面，但这并不等于喝驼奶一定会增肥。是否增肥，要看一天当中总的能量是否增加，而不在乎是不是喝了驼奶。先来看看驼奶当中究竟含有多少能量：100g驼奶粉约2200-2300千卡能量，如果按每次冲调10克的用量，仅含能量220千卡，相当于小半碗米饭。和很多食品相比，能量实在是很低了。100克一包的饼干含能量500千卡以上；250克猪后臀肉含能量828千卡；一罐可乐中所含能量也达140千卡，与10克全脂驼奶粉冲调出来几乎相当。一个普通苹果含能量达110千卡，相当于驼奶的1/2，却被称为减肥食品。可见，驼奶并不能算是让人发胖的食品，而且驼奶中所含的营养素之丰富，是一罐可乐所望尘莫及的。驼奶具有极好的饱腹感。在餐前喝一杯驼奶，可以有效地缓解饥饿，降低食欲，最后摄入的总热量并不比不喝驼奶时更高。如果用两杯驼奶代替晚餐，甚至还有减肥的作用。需要注意的是，如果晚上睡前喝驼奶，应当相应减少晚餐的食量，以避免额外摄入热量而发胖。