

# כיצד לעבור חורף טעים ובריא וגם לשמור על הגזרה.



טלי ארנון

ביוגורט טבעי ויוגי קפוא של שטראוס רק 4% שומן. אין בהם כמעט קלוריות. (ב-100 cc יוגורט יש רק 90 קלוריות). אפילו ה"ציון יורק טיימס" ממליץ עליהם לשומרי משקל. יוגורט טבעי ויוגי קפוא של שטראוס טעימים, משביעים ומכילים כמות רבה של פרוטאינים מזינים.

יוגי קפוא בשני טעמים: טבעי/תות שדה וטבעי/תפוזים

# יוג'י קפוא ויוגורט טבעי בריאות של חורף

יוגורט של שטראוס מלא טעם.