



# Выращено и произведено на Алтае

Мы – компания, работающая в одной из самых значимых для края отраслей – зернопереработке.

Мы осуществляем полный цикл производства.

Мы выращиваем сырье в экологически чистых районах Алтая.



## Наше масло

Нерафинированное подсолнечное масло «Алтайские закрома» – ароматное, душистое, оттенок от темно-желтого до коричневого, может иметь небольшой осадок.

Нерафинированное подсолнечное масло считается наименее полезным. Производится методом холодного прессования.

Подсолнечное масло – настоящее «жидкое золото». в нем много витаминов, особенно витамина Е, А, D и F.

Кроме того, в нем содержатся жирные кислоты омега-3 и омега-6, способствующие снижению холестерина. В масле есть олеиновая, линоленовая, линолевая, пальмитиновая, и стеариновая жирные кислоты, а также ценный для организма фосфор.

Если употреблять в день 100 г. масла подсолнечника, то будет удовлетворена суточная потребность в витамине Е почти на 300%, в жирах – на 160%, в калориях – на 50%. При этом продукт растительного происхождения не содержит холестерина.

## Знаете ли Вы, что...

### 1. Подсолнечное масло нужен иммунитету

В подсолнечном масле много линолевой кислоты – примерно в 10 раз больше, чем в оливковом.

Линолевая кислота необходима для хорошего иммунитета, она мешает усталости перейти в хроническую стадию и не даёт коже высыпать.

### 2. Подсолнечное масло снижает уровень холестерина

В подсолнечном масле, как и во всех других растительных маслах, холестерина нет и не бывает.

Насколько в нем вещества фитостеролы мешают полученному с пищей холестерину вспасться в кишечнике.

### 3. Подсолнечные семечки обогащают вкус салатов

Добавляйте поджаренные подсолнечные семечки к рукколе и в любые зеленые салаты: их «ореховый» запах и хрустящая текстура помогут полюбить «зелень» даже тем, кто обычно её не ест.

### 4. Подсолнечное масло обладает антивозрастным эффектом

Витамина Е в подсолнечном масле почти в полтора раза больше, чем в оливковом. А витамин Е – мощный антиоксидант, который замедляет старение клеток благодаря тому, что активно справляется со свободными радикалами.





чистые  
злаки

# Выращено и произведено на Алтае

Мы – команда, работающая в одной из самых значимых для края отраслей – зернопереработке.

Мы осуществляем полный цикл производства.

Мы выращиваем сырье в экологически чистых районах Алтая.

## Наши крупы

Крупы «Чистые злаки» – это прежде всего сырье, выращенное на собственных полях Алтая.

Крупы являются источником медленноусвояемых углеводов и растительного белка, всех микроэлементов и витаминов.



Гречневая крупа-ядрица – это цельное зерно гречихи с огромным количеством полезных свойств. Она содержит восемнадцать незаменимых аминокислот, железо, калий, кальций, йод, а также витамины группы В. Из всех круп гречка содержит наибольшее количество железа и витамина рутина, который укрепляет стенки сосудов. Она полезна при анемиях, варикозном расширении вен, для набора мышечной массы, при ожирении и диабете.

Овсянка содержит натуральный, легкоусвояемый белок, который помогает получить достаточное количество калорий и энергии для начала дня.

Она работает как очиститель желудочно-кишечного тракта и кровеносных сосудов от холестерина и всех ненужных веществ, а также помогают лечить гастрит и другие заболевания желудка.



ООО «Повалихинский комбинат зернопереработки  
«Алтайские закрома»; [www.altakroma.ru](http://www.altakroma.ru)

Тел. +7 (3852) 28-26-12; +7 (38532) 94-575; +7 902 998 65 88