



# pontesano

Nutrición Alternativa



# pontesano

## Nutrición Alternativa

Pontesano trabaja por una nutrición alternativa que le brinda efectos saludables y terapéuticos.

La alimentación no es simplemente una necesidad sino que se relaciona con la salud, con el bienestar y con el placer.

Problemas de colesterol, diabetes, falta de vitaminas, sobrepeso...

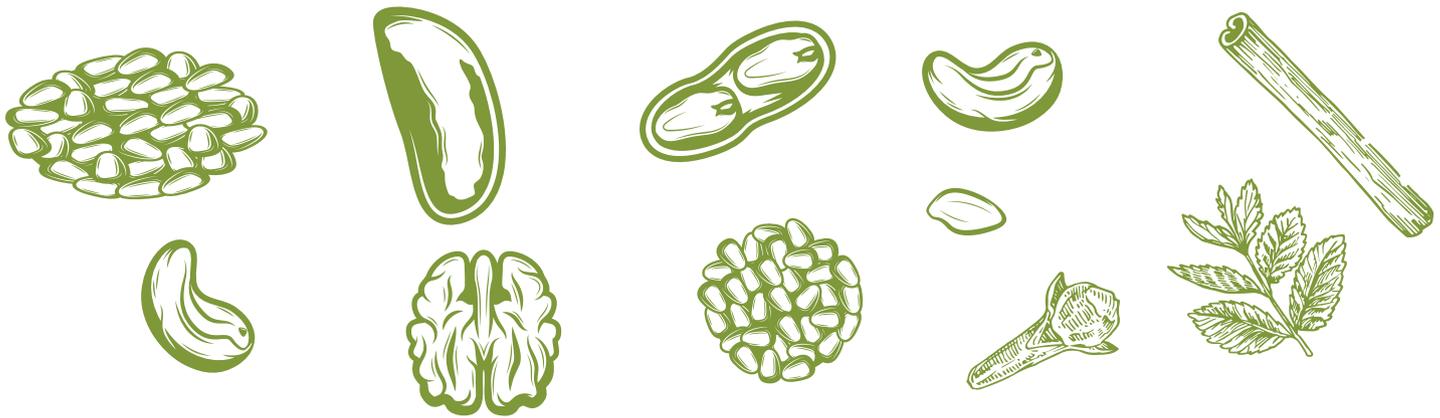
**¡Cuando algo es bueno pueden consumirlo todos!**



*Snacks*

KETSNACK,  
BOCADITOS DE ALMENDRA Y CANELA





Son productos aptos para la dieta cetogénica: bajo en carbohidratos, libre de gluten y no contiene azúcar, están endulzados con Stevia.

Snacks saludables para llevar al trabajo o para el lunch de los niños.

Contiene:

- **Almendras:** que son una gran fuente de energía y tienen grasas no saturadas que contribuyen a la pérdida de peso. Además reduce el colesterol y mejora la circulación de la sangre.
- **Linaza:** tiene un alto contenido de fibra , estabiliza los niveles de azúcar en la sangre y contiene B6, calcio, magnesio, hierro y zinc.
- **Canela:** controla los niveles de azúcar elevados, mejora la digestión.

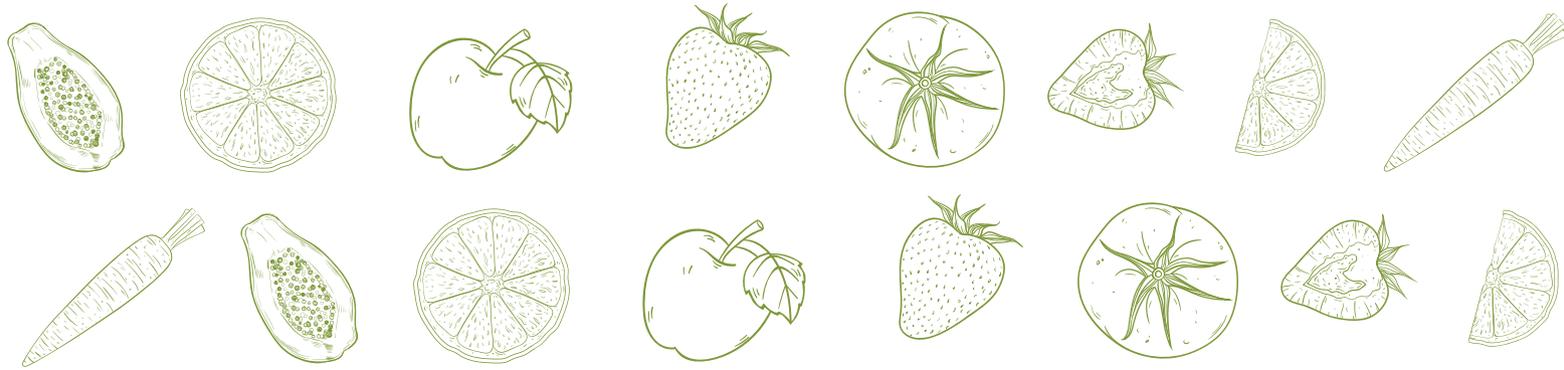
**¡Cuando algo es bueno pueden consumirlo todos!**



*Mermeladas*

# MERMELADA DE FRUTILLA Y CHIA





El clásico sabor de la frutilla, a todos gusta! Pero en Pontesano este sabor tiene un plus: la CHIA

Las **semillas de chía** son una fuente de vitaminas y minerales, sirven para bajar de peso y controlar el apetito.

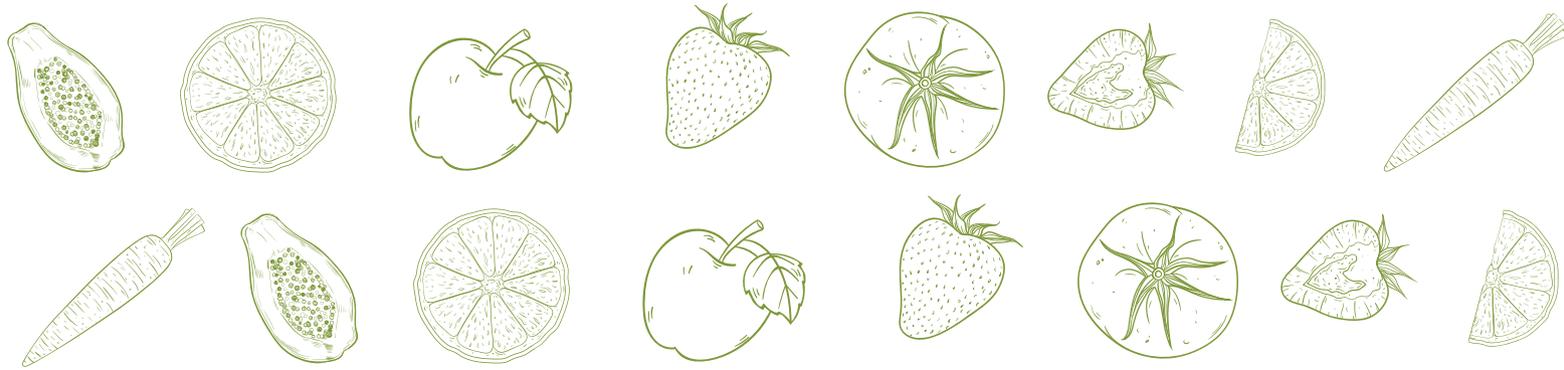
Son una fuente importante de Omega 3 y de energía. Por su alto contenido de fibra hace que sea ideal contra el estreñimiento y reduce el colesterol. Aportan hidratación al cuerpo.

La **frutilla**, no aporta ningún tipo de grasa. Contiene un buen porcentaje de vitamina C, más que cualquier cítrico. Es por ello que fortalece el sistema inmunológico. Tiene propiedades diuréticas por contener 80% de agua. Por otra parte contiene Omega 3, vitaminas A, B1, B2, B3, B6 y E.

**Las mermeladas no tienen azúcar añadida, se endulzan con Stevia. No contienen ni un solo conservante, aditivo o colorante, Productos 100% naturales**

MERMELADA DE ZANAHORIA,  
NARANJA Y JENGIBRE





Una combinación única! El sabor dulce de la zanahoria combinado con el ácido de la naranja y además: JENGIBRE que es el toque de sabor y salud, que tanto nos caracteriza.

La **naranja** tiene de ser rica en vitamina C, tiene fibra, hierro, calcio, potasio, yodo, zinc, magnesio y vitamina A.

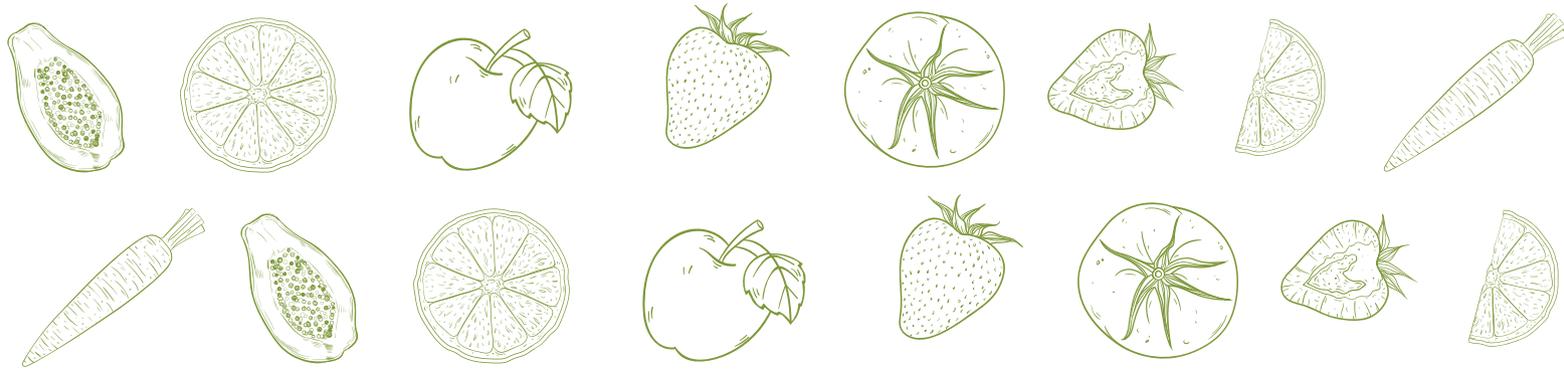
El **jengibre** está considerado como parte del grupo de los superalimentos. Es antioxidante, contribuye a la pérdida de apetito, contrarresta el mareo y el dolor, mejora la digestión, combate la gripe, reduce los dolores musculares (anti-inflamatorio) y previene accidentes cardiovasculares.

La **zanahoria** es un vegetal rico en betacarotenos, lo que en el cuerpo se convierten en vitamina A, esto es lo que favorece la agudeza visual y actúa como antioxidante. Rica en vitaminas B y C, hierro, potasio, fósforo y calcio.

**Las mermeladas no tienen azúcar añadida, se endulzan con Stevia. No contienen ni un solo conservante, aditivo o colorante, Productos 100% naturales**

# MERMELADA DE PIÑA Y CAMOTE





¡Nunca imaginarias un sabor más dulce! y ¡una combinación más acertada! Esta combinación mejora nuestro sistema inmune.

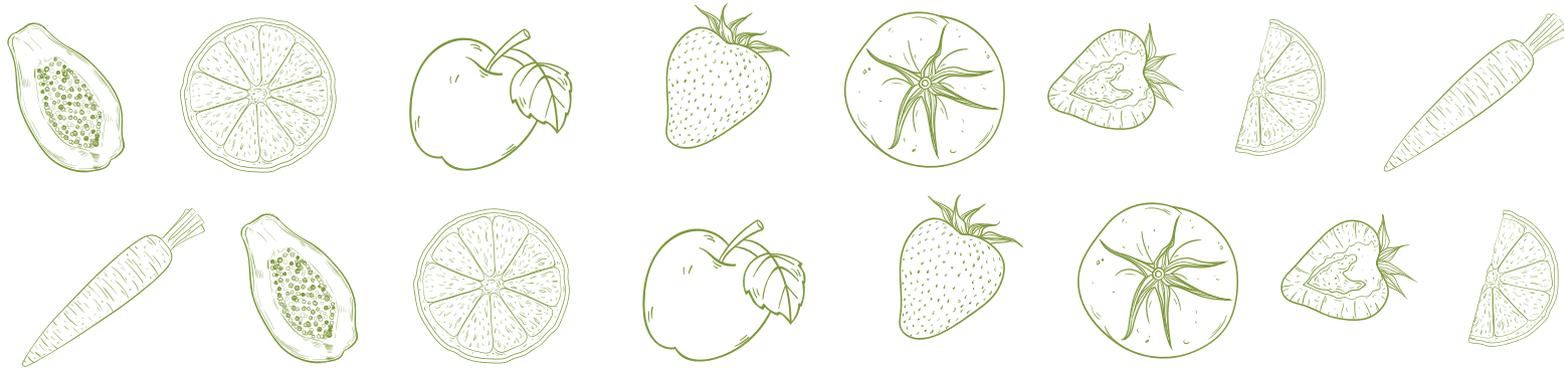
La **piña** cuenta con un balance perfecto entre fibra y calorías. Contiene altas concentraciones de vitamina C que es clave para reforzar el sistema inmunológico. La piña es muy recomendada para las personas con diabetes porque ayuda a regular los niveles de azúcar en la sangre, además de ser una fruta que genera la sensación de saciedad.

El **camote** es una gran fuente de vitamina A, además de B6 y potasio. Le debe su característico color anaranjado a los betacarotenos, cuyas propiedades ayudan a cuidar el sistema inmunológico, así como a reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y cáncer. El camote contiene potasio, que reduce el riesgo de hipertensión arterial y accidente cerebrovascular.

**Las mermeladas no tienen azúcar añadida, se endulzan con Stevia. No contienen ni un solo conservante, aditivo o colorante, Productos 100% naturales**

# MERMELADA DE PAPAYA Y NARANJA





Esta es la combinación más equilibrada, por que son dos sabores conocidos por todos. Pero lo que no sabes es que:

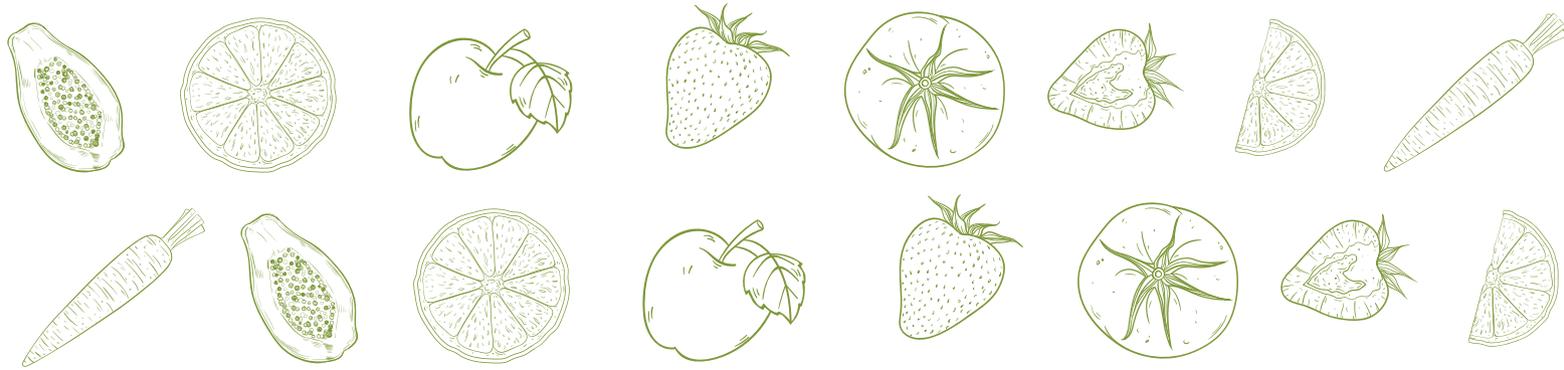
La **papaya** tiene propiedades digestivas. Es una buena fuente de ácido fólico, vitamina A, magnesio, cobre, ácido pantoténico y fibra. Además tiene: vitaminas del complejo B, alfa y beta caroteno, luteína y zeaxanthin, vitamina E, calcio, potasio, vitamina K, y el licopeno, el poderoso antioxidante más comúnmente asociado con los tomates.

La **naranja** tiene un alto contenido en vitamina C, fibra, hierro, calcio, potasio, yodo, zinc, magnesio y vitamina A. Su consumo le ayudará a reducir el colesterol malo, prevenir cálculos renales, es fuente de energía y fortalece el sistema inmunológico.

**Las mermeladas no tienen azúcar añadida, se endulzan con Stevia. No contienen ni un solo conservante, aditivo o colorante, Productos 100% naturales**

# MERMELADA DE QUINUA, PIÑA Y MANZANA





Esta es la mermelada de lujo. Porque además del sabor de sus 3 ingredientes, el valor nutricional de esta combinación es excepcional.

La **quinua** aporta mucha energía, fibra, proteínas vegetales muy completas y una gran cantidad de minerales. Es fuente de vitaminas B2, B3 y E. No contiene gluten. Es apta para diabéticos pues posee un índice glucémico bajo.

La quinua se suma a los poderosos superalimentos.

La **piña** cuenta con un balance perfecto entre fibra y calorías. Contiene altas concentraciones de vitamina C que es clave para reforzar el sistema inmunológico.

La **manzana** es la fruta más completa y saludable. Rica en fibra, ayuda a reducir el colesterol. Es fuente de vitaminas y minerales. Se la considera un auténtico alimento-medicina.

**Las mermeladas no tienen azúcar añadida, se endulzan con Stevia.  
No contienen ni un solo conservante, aditivo o colorante,  
Productos 100% naturales**



# *pontesano*

Nutrición Alternativa

Los productos Pontesano, sin azúcar añadida,  
tienen como base productos naturales  
que mantienen sus vitaminas y su aporte nutritivo.

Sin colorantes, sin aditivos ni conservantes.  
Incluir las mermeladas artesanales y los Snacks a su dieta,  
ayuda a su salud y lleva a su mesa un gran sabor.