

# אומגה 3 גליל

## איך נותנים לילדים?

מה שחשוב להכניס לגוף זה את שמן הדגים שבתוך הקפסולה. המעטפת של הקפסולה היא רק צורת אריזה והגנה נוספת מפני חימצון לשמן. ניתן ללעוס את הכמוסה בפה סגור. את העטיפה ללעוס עד שנמסה לגמרי או לזרוק. ניתן לנקב את הכמוסה בעזרת סיכה, קיסם, מספריים או מזרק עם מחט.

### במה כדאי לערבב את השמן?

<p>לטפטף על הסלט</p> 	<p>על פרוסת לחם</p> 	<p>על טונה מקופסה</p> 
<p>בכוס מיץ</p> 	<p>בכוס שוקו קר</p> 	<p>בכוסית יין תירוש</p> 
<p>יש לכם רעיון נוסף? נשמח לשמוע ולייעץ</p> 	<p>מעט לימון וסירופ מייפל טבעי/דבש/סוכר</p> 	<p>בתוך מעדן חלב</p> 

### מתכון מצולם - יש לנו קונץ! איך נותנים אומגה 3 לילדים

מתוך התוכנית כל הילדים אוכלים מערוץ 12



### שימו לב:

- \* את הכמוסה נקבו וסחטו ממש לקראת האכילה כדי שהשמן לא יתחמצן (מקסימום שעה לפני).
- \* הקפידו שהמזון שבתוכו מוהלים את השמן לא יעלה על כ-30 מעלות צלזיוס.
- \* השתמשו בכלי שאינו עשוי פלסטיק.



למידע נוסף - טל: 04-9999524 | ווטסאפ: 052-5617333  
[www.omega3galil.com](http://www.omega3galil.com) | [info@omega3galil.com](mailto:info@omega3galil.com) | [sales@omega3galil.com](mailto:sales@omega3galil.com)