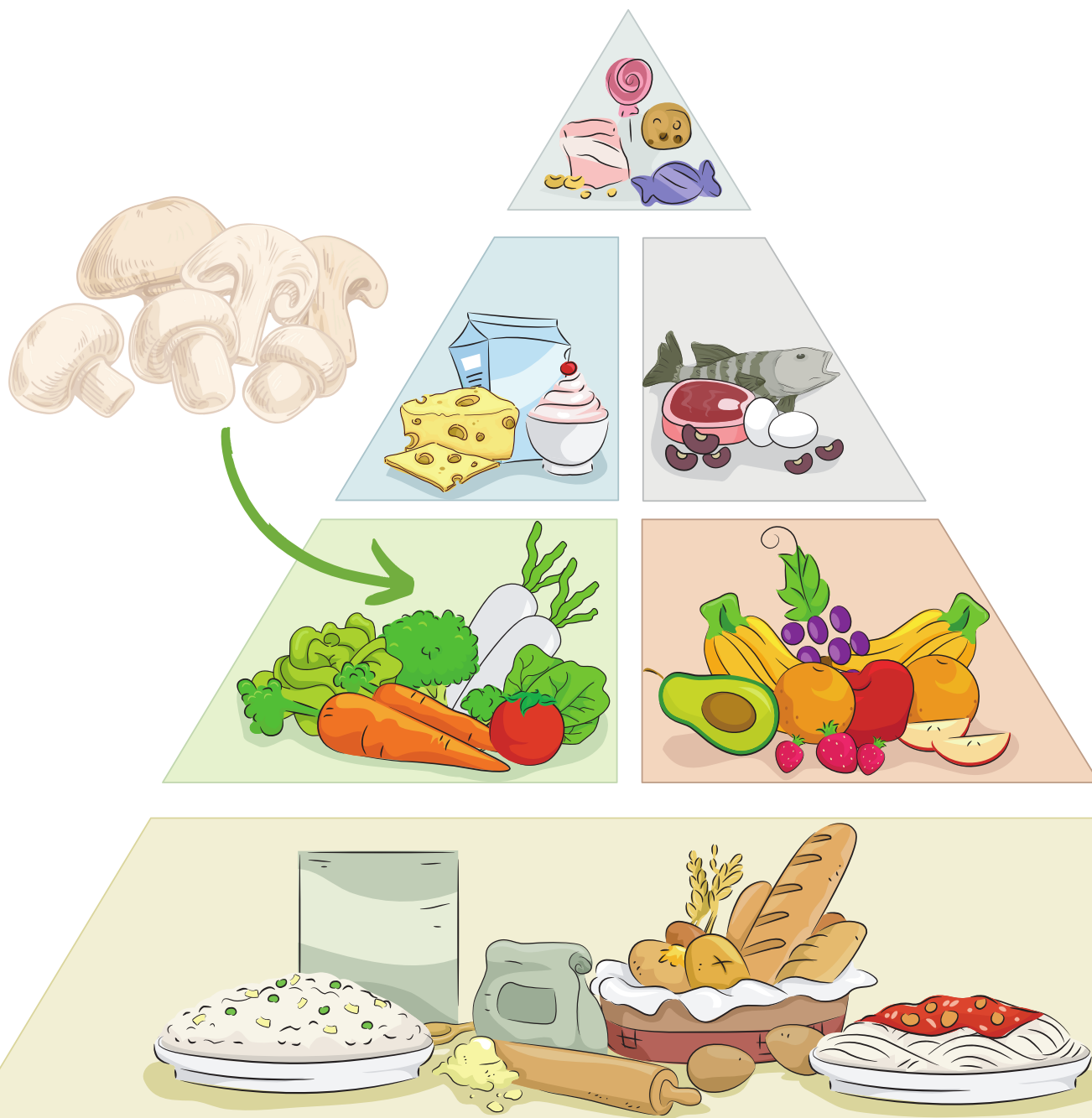


Pieczarki z klasą

projekt edukacyjny przygotowany przez Agaris Myco Poland

PIRAMIDA ŻYWIENIA



Pieczarki

To najbardziej popularne grzyby uprawne na świecie!

Są nie tylko smaczne, ale również bardzo zdrowe.

Pieczarki to dobre źródło witamin z grupy B (lepsze niż większość warzyw), szczególnie: B2, B3 i B5. Zawierają też witaminę B9 i B12, a w niewielkich ilościach również witaminy C i D.