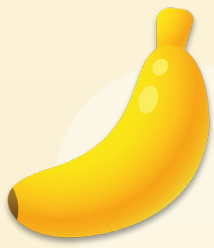
KIWOTCHI

CHOISISSEZ LA SANTÉ AVEC KIWOTCHI : LA CROISSANCE

Les fruits et les légumes sont remplis de vitamines et de minéraux qui assurent le bon fonctionnement et le bon développement de notre corps.

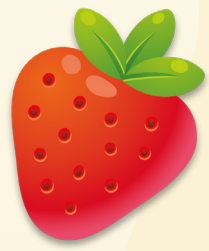


BANANE

Contient du **potassium** qui favorise la croissance des os et des muscles.

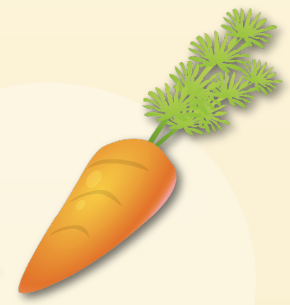
POMME

Contient du **potassium**, du **phosphore**, du **calcium**, du fer et des **vitamines A**, **B**, **C** et **E** qui contribuent à renforcer les os.



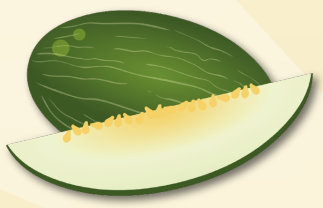
FRAISE

Contient de la **vitamine C**, du **fer**, du **calcium** et du **phosphore** qui contribuent à renforcer les os.



CAROTTE

Contient de la **vitamine A** qui favorise le développement des os, des muscles, de la vision et du système immunitaire.



MELON

Le **potassium** contribue au fonctionnement des muscles, tandis que le **fer** et le **phosphore** renforcent les os.

AIL

Le **fer**, le **zinc**, le **phosphore** et la **vitamine C** contribuent à renforcer les os.

BROCOLI

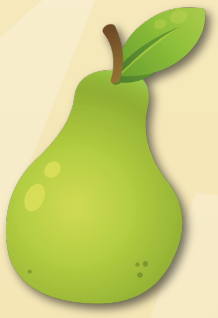
Contient plus de **calcium** qu'un verre de lait !

CHOU-FLEUR

La vitamine K contribue à l'absorption du calcium et à la formation des os.

ÉPINARD

Le **magnésium** favorise la croissance musculaire et le fer aide les globules rouges à transporter l'oxygène dans le corps.



POIRE

Le **potassium** et le **calcium** renforcent les os. La **vitamine C** et **l'acide folique** améliorent la vision, la peau et le système immunitaire.

ABRICOT

La **vitamine A** stimule la formation des os.

AVOCAT

La **vitamine D** assure l'absorption du calcium dans les os. Le **magnésium** et le **potassium** favorisent la croissance.

ENVIE D'EN SAVOIR PLUS ? RENDEZ-VOUS SUR KIWOTCHI.BE ET DÉCOUVREZ LE JEU INTERACTIF.