**АЛФАВИТ Мамино здоровье таблетки (№ 1, № 2, № 3)БАД**

# Витамины для беременных и кормящих мам в период лактации.

Содержит все витамины и необходимые минералы, в том числе йод, селен и увеличенное количество кальция.

**В состав входят**

13 витаминов и 11 минералов и таурин. Дозировки витаминов и минералов разработаны согласно потребностям беременных и кормящих женщин.

Железо+ Таблетка № 1 (розовая)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Витамины** |  | **% \*** |
| C | 50 мг | 50/42 |
| B1 | 1,2 мг | 71/67 |
| Бета-каротин | 2 мг | 40/40 |
| Фолиевая кислота | 300 мкг | 50/60 |
| Минералы |  |  |
| Железо | 20 мг | 61/111\*\* |
| Медь | 1 мг | 91/71 |
| Аминокислоты |  |  |
| Таурин | 50 мг | - |



Антиоксиданты+ Таблетка № 2 (голубая)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Витамины** |  | **% \*** |
| Никотинамид | 19 мг | 86/83 |
| E | 12 мг | 71/63 |
| B6 | 2 мг | 87/80 |
| Бета-каротин | 2 мг | 40/40 |
| B2 | 1 мг | 50/48 |
| C | 40 мг | 40/33 |
| Минералы |  |  |
| Магний | 50 мг | 11/11 |
| Цинк | 12 мг | 80/80 |
| Марганец | 1 мг | 45/36 |
| Йод | 150 мкг | 68/52 |
| Селен | 40 мкг | 62/62 |
| Молибден | 25 мкг | 36/36 |



Кальций-D3+ Таблетка № 3 (белая с кремовым оттенком)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Витамины** |  | **% \*** |
| B5 | 5 мг | 83/71 |
| Фолиевая кислота | 300 мкг | 50/60 |
| B12 | 3 мкг | 86/86 |
| D3 | 10 мкг | 80/80 |
| K1 | 60 мкг | 50/50 |
| Биотин (H) | 30 мкг | 60/60 |
| Минералы |  |  |
| Кальций | 250 мг | 19/18 |
| Фосфор | 125 мг | 13/13 |
| Хром | 25 мкг | 50/50 |

\* – Процент от суточной потребности беременных/кормящих женщин согласно МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации», таблица 5.2. «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для женщин» и таблица 5.3. «Дополнительные потребности в энергии и пищевых веществах для женщин в период беременности и кормления ребенка».

\*\* – Не превышает верхний допустимый уровень потребления.

\*\*\* – Информация о пищевой ценности продукта определена расчетным путем по среднему значению содержания биологически активного вещества в продукте.

**Как принимать**

Суточная доза – 3 таблетки разного цвета. Принимая таблетки с промежутком во времени: например, утром, днем и вечером, вы сделаете витаминную профилактику более эффективной. Порядок приема таблеток неважен. Интервал между приемами 4-6 часов.

**Форма выпуска**

60 таблеток в блистерах

**Показания к применению**

в качестве дополнительного источника витаминов и минеральных веществ (макро- и микроэлементов) для беременных и кормящих женщин.

**Противопоказания**

Индивидуальная непереносимость компонентов, гиперфункция щитовидной железы. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.