

Dane aktualne na dzień: 27-05-2026 16:16

Link do produktu: <https://rafex.eu/por-suszony-grys-1-kg-p-1110.html>

## Por Suszony Grys 1 Kg



Cena	<b>34,67 zł</b>
Numer katalogowy	<b>1110</b>
Kod EAN	<b>05902888008398</b>
Producent	<b>Rafex</b>

### Opis produktu

Por suszony, w postaci grysu nadaje wyjątkowego smaku każdej potrawie, szczególnie tam, gdzie nie można użyć świeżego warzywa.

Jest bogatym źródłem witaminy A, C, E i B6 oraz potasu, wapnia, fosforu, magnezu i kwasu foliowego. Por ma właściwości obniżające poziom złego cholesterolu jednocześnie zwiększając poziom tego dobrego. Bardzo dobrze wpływa na układ odpornościowy i oddechowy, ma także właściwości bakteriobójcze.

Wartości odżywcze w 100 gramach produktu:

Energia 329 kcal/ 1377 kJ  
Białko 15 g  
Węglowodany 72,86 g  
Tłuszcz 2,1 g  
Błonnik 10,5 g