

DUBBEL DOS D-VITAMIN!

På sommaren omvandlar din hud solljuset till D-vitamin. 20 minuter sol om dagen räcker! Men mellan oktober och mars, när solljuset är svagare, är det viktigt att du får i dig D-vitamin på andra sätt.



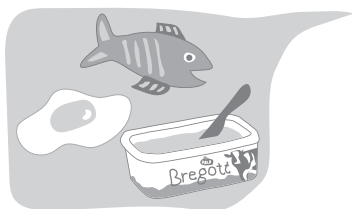
Nu dubblar vi mängden D-vitamin i Arlas lätt- och mellanmjölk, och standardmjölken, som tidigare inte haft tillsats av D-vitamin, får nu lika mycket. En portion (2,5 dl) ger dig en fjärdedel av det rekommenderade D-vitaminbehovet på 10 mikrogram per dag.

D-VITAMIN ...

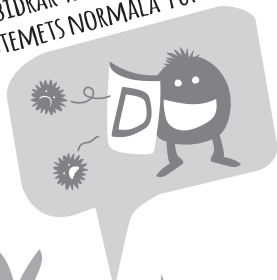
... BIDRAR TILL ATT BIBEHÅLLA
NORMAL BENSTOMME



... BIDRAR TILL ATT BIBEHÅLLA
NORMAL MUSKELFUNKTION



... BIDRAR TILL IMMUN-
SYSTEMETS NORMALA FUNKTION



PÅ [ARLA.SE/HALSA](http://arla.se/halsa) FINNS TIPS PÅ
MAT OCH MÅLTIDER SOM GER DIG
DAGSBEHOVET AV D-VITAMIN.

Läs mer på arla.se/halsa