

# ใหม่! เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวี อุดมด้วยมหัศจรรย์แห่ง คุณค่าทางโภชนาการ



กรุงเทพฯ – 27 พฤษภาคม 2557 แสงแดดที่แผดเผาในช่วงฤดูร้อนในบ้านเราอาจทำคุณรู้สึกเหนื่อยล้า อ่อนเพลียได้ง่าย เหงื่อเหนียว และทำให้พลังงานทั้งหมดในร่างกายลดลง บางท่านอาจรู้สึกหงุดหงิด หรือมีอาการฉุนเฉียวได้ง่าย รวมถึงมีอาการของเส้นผมและผิวที่แห้ง จนทำให้วันนั้นเป็นวันที่ไร้ประสิทธิภาพในการทำงานและกิจกรรมต่างๆ และกล่าวโทษว่าเกิดจากอากาศร้อน แต่นี่เป็นสาเหตุที่เกิดจากอากาศร้อนจริงหรือ หรือควรจะสำรวจตัวเราให้มากขึ้น โดยการตรวจเช็คสุขภาพ และถามตัวเองว่าได้รับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และร่างกายได้รับวิตามินอย่างเพียงพอแล้วหรือไม่



ทุกคนล้วนเข้าใจกันเป็นอย่างดีถึงความสำคัญของการรักษาสุขภาพให้ดี เมื่อเรามีสุขภาพที่ดีและแข็งแรงนั้น จะทำให้มีพลังในการดำเนินชีวิตอันแสนวุ่นวาย อาหารที่รับประทานเข้าไปล้วนส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพโดยรวมของเรา และความรู้สึกที่มีต่อตัวเอง ในโลกของอาหารจานด่วนรวมไปถึงอาหารฟาสต์ฟู้ดในปัจจุบันนี้ ที่ซึ่งอาหารประจำวันของเรานั้นถูกกล่าวว่าเป็นอาหารที่อุดมไปด้วยพลังงานที่เพิ่มมากขึ้นแต่มีคุณค่าทางสารอาหารต่ำ องค์กรด้านสุขภาพต่างๆ ทั่วโลกจึงได้ทำการส่งเสริมให้คนหันมารับประทานผลไม้และผักมากขึ้น เพราะผักและผลไม้เต็มไปด้วยสารอาหารที่ให้คุณประโยชน์ต่อสุขภาพ แล้วเราจะสามารถหาผลไม้ที่อุดมไปด้วยความเข้มข้นทางสารอาหารสูงสุดได้จากที่ไหน?

เซสพรี®กีวี คือตัวเลือกที่ดีต่อสุขภาพและมีรสชาติอร่อยที่จะเข้ามาเติมเต็มอาหารในแต่ละวันของคุณ และเซสพรี®กีวี ยังเป็นผลไม้ที่มีความเข้มข้นทางสารอาหารสูง เนื่องจากเซสพรี®กีวี มีปริมาณของสารอาหารอยู่มาก ประกอบด้วย ไฟเบอร์ วิตามินต่างๆ สารต่อต้านอนุมูลอิสระ และแร่ธาตุต่างๆ และด้วยเหตุนี้เอง เซสพรี®กีวีจึงได้รับคะแนนสูงสุดในบรรดาผลไม้ที่อุดมไปด้วยสารอาหาร เซสพรี®กีวีอุดมด้วยวิตามินซี วิตามินอี โปแทสเซียม โพเลต และมีไฟเบอร์ ซึ่งสารอาหารเหล่านี้ทำให้เซสพรี®กีวีเป็นผลไม้ที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

## ตารางคะแนนของผลไม้ที่มีปริมาณคุณค่าทางโภชนาการที่เพียงพอ

ความเข้มข้นของสารอาหาร\* ในอาหารชนิดหนึ่งนั้น หมายถึง จำนวนของสารอาหารที่มีอยู่ในอาหารนั้นๆ มีความสัมพันธ์กับปริมาณแคลอรีอยู่เท่าไร อาหารที่เรียกได้ว่าเป็นอาหารที่มีความเข้มข้นทางสารอาหาร คืออาหารที่สามารถให้สารอาหารได้มากที่สุดแต่ให้ปริมาณแคลอรีน้อยที่สุด สารอาหารดังกล่าว ได้แก่ วิตามิน แร่ธาตุ ไฟเบอร์

กรดไขมันที่จำเป็น ไฟโตนิวเทรียนท์ ฯลฯ เป็นต้น ตารางคะแนนของปริมาณคุณค่าทางโภชนาการที่เพียงพอ (Nutrient adequacy score) ใช้เป็นตัวบ่งชี้เปอร์เซ็นต์ของคุณค่าของสารอาหารที่ร่างกายควรได้รับในแต่ละวัน (ปริมาณของวิตามินและแร่ธาตุที่ควรได้รับใน 100 กรัมต่อวิตามินและแร่ธาตุที่ได้รับการคัดสรรทั้ง 17 ชนิดต่อวัน\*) ซึ่งประกอบด้วย โปรตีน ไฟเบอร์ แคลเซียม ธาตุเหล็ก แมกนีเซียม โพแทสเซียม สังกะสี วิตามินซี ไทอามิน (วิตามินบี1) ไรโบเฟลวิน (วิตามินบี2) ไนอาซิน (วิตามินบี3) กรดแพนโทเทนิค ไพริดอกซิน (วิตามินบี6) กรดโฟลิก วิตามินบี12 วิตามินเอและวิตามินอี ปริมาณสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละวัน (RDA) ได้ถูกนำมาใช้เป็นข้อมูลอ้างอิงเชิงคุณค่าสำหรับการคำนวณความหนาแน่นทางสารอาหารของเซสพรี คือค่าของปริมาณสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละวันที่ทางกระทรวงเกษตรของสหรัฐอเมริกา (USDA) ใช้เพื่อวัตถุประสงค์ในการติดฉลาก ความหนาแน่นทางสารอาหารถูกคำนวณโดยการนำคะแนนของปริมาณคุณค่าทางโภชนาการที่พอเพียงหารด้วยความหนาแน่นของพลังงาน

โดยเมื่อเร็วๆ นี้ บริษัท เซสพรี อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด ผู้นำตลาดกีวีที่ใหญ่ที่สุดในโลกจากประเทศ นิวซีแลนด์ ประสบผลสำเร็จในการเพาะพันธุ์กีวีด้วยวิธีธรรมชาติ ได้กีวีสายพันธุ์ใหม่ คือ เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวี ที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงโดยไม่ผ่านการดัดแปลงทางพันธุกรรม หลังจากที่ผ่านมาการพัฒนาสายพันธุ์เป็นเวลากว่าสิบปี เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวี มีเนื้อสีทอง ลักษณะผลกลมโตให้รสหวานฉ่ำและสดชื่น นอกจากรสชาติที่แสนอร่อยแล้ว เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวีมีคะแนนของปริมาณคุณค่าทางโภชนาการที่เพียงพอถึง 18.7 จากการวิจัยอย่างครอบคลุมโดยกระทรวงเกษตรของสหรัฐอเมริกาพบว่า เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวี มีวิตามินซีมากกว่าส้มถึงสามเท่า\* เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวียังอุดมไปด้วยวิตามินซีที่มากกว่าสับปะรด มะม่วง กัลยาด่าง โมแอปเปิ้ล และองุ่น เพียงแค่รับประทานเซสพรี®ชั้นโกลด์กีวีหนึ่งผลต่อวัน ร่างกายจะได้รับวิตามินซีที่เพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวัน และยังมีมอบความสดชื่นและกระปรี้กระเปร่า (ปริมาณวิตามินซีที่ร่างกายต้องการต่อวันคือ 60 มิลลิกรัม)

ขอให้มั่นใจว่าคุณได้รับประทานอาหารที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางโภชนาการอยู่เป็นประจำทุกวัน เพื่อการมีสุขภาพที่แข็งแรงไม่ว่าจะคุณอยู่ในฤดูกาลใดก็ตาม ด้วยคุณประโยชน์ที่ดีเยี่ยมต่อสุขภาพ เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวีจึงเป็นอาหารซูเปอร์ฟู้ดที่เปี่ยมด้วยคุณค่าและมีรสชาติที่อร่อย ให้รสชาติหวานสดชื่น และมีเนื้อสีทองที่ละเอียด แนะนำให้บริโภคเป็นประจำเพื่อประโยชน์ต่อร่างกาย

ค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ เซสพรี®ชั้นโกลด์กีวี คลิกที่ <https://www.facebook.com/ZespriTH>