

## **Пост о полезных свойствах рябины опубликовали на странице районного центра соцобслуживания**

18.02.2021

На странице филиала «Красносельский» Территориального центра социального обслуживания «Мещанский» 17 февраля рассказали о пользе черноплодной рябины.

Статья вышла в цикле рубрики о здоровом питании «Вкус и польза».

На [странице](#) в социальных сетях учреждения сообщили, что употребление рябины способствует улучшению работы организма. Это связано с тем, что ягода содержит в себе биохимический состав. Кроме того, в ней есть витамины таких групп, как В, С, Е, К. Еще глюкоза, йод, марганец, бром, медь и другие полезные компоненты.

Калорийность ста грамм продукта составит 55 килокалорий.

Статью можно прочитать на странице учреждения в социальных сетях.

---

Адрес страницы: <http://krasnoselsky.mos.ru/press-center/news/detail/9725494.html>

---

[Управа Красносельского района города Москвы](#)