

# Hạt Óc Chó

Quả óc chó là loại hạt có nguồn dinh dưỡng hoàn hảo vì chứa hàm lượng cao các chất béo lành mạnh, chất xơ, sterol thực vật, các vitamin, khoáng chất và các axit amin cùng nhiều loại chất chống oxy hóa đặc biệt có lợi cho sức khỏe. Các cuộc nghiên cứu đã chỉ ra rằng chỉ với một lượng vừa phải mỗi ngày, quả óc chó có thể giúp cải thiện sức khỏe của bạn một cách đáng kể.

**Xuất xứ:** Mỹ

**Thành phần:** hạt óc chó tách vỏ – không chất bảo quản.

**Công dụng:**

- Chất chống oxy hóa polyphenol dồi dào trong quả óc chó kết hợp cùng các loại axit béo không no cùng với chất xơ sẽ giúp cơ thể loại trừ cholesterol hiệu quả, ngăn ngừa sự hình thành máu đông, giảm nguy cơ mắc bệnh tim mạch.
- Nghiên cứu cho thấy sự tiêu thụ quả óc chó có thể hỗ trợ sức khỏe não bộ, bao gồm cả việc tăng khả năng suy luận ở người trẻ và hỗ trợ điều trị bệnh mất trí Alzheimer, giảm sự lo lắng.
- Đặc biệt óc chó là thức ăn vặt rất tốt cho phụ nữ mang thai vì giàu các loại vitamin nhóm B giúp cho sự phát triển của thai nhi.
- Quả óc chó cũng giúp tăng cường hệ miễn dịch, ngăn chặn sự hình thành của các tế bào ung thư trong cơ thể, ví dụ như ung thư vú và ung thư đại tràng.



Cơ Quan Quản Lý Thực Phẩm Và Dược Phẩm Hoa Kỳ (FDA) đã công nhận: quả óc chó là thực phẩm thiết yếu cho trái tim và nên được bổ sung vào chế độ ăn uống hàng ngày để có trái tim khỏe mạnh.

**Lưu ý: chỉ nên ăn nhiều nhất 7-9 quả mỗi ngày.**



Công Ty TNHH TM SX Quy Nguyên  
857 Phạm Văn Đồng, Khu Phố 4,  
P. Linh Tây, Q. Thủ Đức, TP. HCM  
Email: [info@quynguyen.com](mailto:info@quynguyen.com) - [info@quynguyen.org](mailto:info@quynguyen.org)  
Điện thoại: 0916 848 922

*Thực phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.*



# Walnut

*Walnut is with high levels of healthy fats, dietary fiber, plant sterols, vitamins, minerals and amino acids, and a variety of beneficial antioxidants. for health. Studies have shown that only a moderate amount of walnuts can help improve your health significantly.*

**Made in:** USA

**Ingredients:** walnuts split shell - no preservatives.

## **Health benefits:**

- The abundant polyphenol antioxidants in walnuts combined with unsaturated fatty acids along with fiber will help the body to eliminate cholesterol effectively, prevent the formation of blood clots, reduce the risk of cardiovascular disease.
- Studies have shown that walnuts consumption can support brain health, including increasing the ability to reason in young people and support the treatment of Alzheimer's dementia, reducing anxiety.
- Walnut is especially good for pregnant women because it is rich in B vitamins that help the fetus develop.
- Walnuts also help boost the immune system, preventing the formation of cancer cells in the body, such as breast and colon cancers.
- The US Food and Drug Administration (FDA) has recognized that walnuts are essential for the heart and should be added to the diet every day to have a healthy heart.



**Warning: eat only 7-9 walnuts per day.**



Quy Nguyen Trading and Production Co.,Ltd  
857 Pham Van Dong Street, Quarter 4,  
Linh Tay Ward, Thu Duc District, HCM City  
E: [info@quynguyen.com](mailto:info@quynguyen.com) - [info@quynguyen.org](mailto:info@quynguyen.org)  
T: 0916 848 922

*This food is not a medication, it does not have the effect of replacing medication.*