

LECHE EL CASTILLO, LOS BENEFICIOS DE LA LECHE Y SUS PROPIEDADES



El Castillo es la única marca de leche de Lleida desde 1932 que, por su herencia, es capaz de apropiarse del territorio de **tradición, origen y costumbres.**

- Por su **alto valor nutritivo**, constituye un alimento aportando **proteínas, lactosa, grasa, calcio, fósforo y varias vitaminas.**

LECHE EL CASTILLO, LOS BENEFICIOS DE LA LECHE Y SUS PROPIEDADES

Tomar leche es muy importante porque nos aporta:

- Proteínas de elevado valor biológico
- Calcio, interesante para ayudar a la formación de los huesos y para mantener una buena salud ósea
- Vitaminas liposolubles A y D
- Vitaminas del grupo B, sobre todo B2 y B12

