**Алфавит Тинейджер таблетки жевательные (№ 1, № 2, № 3) БАД**

**Витамины для подростков 14-18 лет**

* В состав входят все необходимые витамины и минералы для нормального роста и развития.
* Без консервантов, искусственных ароматизаторов и красителей.
* Благотворно влияет на структуру и внешний вид кожи, волос и ногтей благодаря входящему в состав биотину.

## **Состав:** 13 витаминов и 10 минералов.

Комплекс надежно обеспечивает подростка полезными веществами, необходимыми для развития. С учетом российских природно-социальных условий в состав включены железо, селен и йод.

Кальций-D3+ Таблетка № 1 белого цвета   
со вкусом ванили

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **% от РУСП \***   |  |  | | --- | --- | | **юноши** | **девушки** | |
| **Витамины** |  |  |
| B5 | 5 мг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 125 \*\* | |
| Фолиевая кислота | 100 мкг | |  |  | | --- | --- | | 25 | 25 | |
| B12 | 3 мкг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 100 | |
| D3 | 5 мкг | |  |  | | --- | --- | | 50 | 50 | |
| K1 | 120 мкг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 120 \*\* | |
| Биотин(H) | 50 мкг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 100 | |
| Минералы |  |  |
| Кальций | 180 мг | |  |  | | --- | --- | | 15 | 15 | |
| Хром | 50 мкг | |  |  | | --- | --- | | 143 \*\* | 143 \*\* | |

Антиоксиданты+ Таблетка № 2 оранжевого цвета   
со вкусом апельсина

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | |  |  | | --- | --- | | **юноши** | **девушки** | | **% от РУСП \*** |
| **Витамины** |  |  |
| C | 60 мг | |  |  | | --- | --- | | 67 | 86 | |
| PP | 2,7 мг | |  |  | | --- | --- | | 14 | 15 | |
| E | 10 мг | |  |  | | --- | --- | | 67 | 67 | |
| B 2 | 1,8 мг | |  |  | | --- | --- | | 100\*\* | 120\*\* | |
| B6 | 2 мг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 125 \*\* | |
| A | 0,5 мг | |  |  | | --- | --- | | 50 | 63 | |
| Минералы |  |  |
| Магний | 40 мг | |  |  | | --- | --- | | 10 | 10 | |
| Цинк | 5 мг | |  |  | | --- | --- | | 42 | 42 | |
| Марганец | 0,5 мг | |  |  | | --- | --- | | - | - | |
| Йод | 150 мкг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 100 | |
| Селен | 70 мкг | |  |  | | --- | --- | | 140\*\* | 140\*\* | |
| Молибден | 45 мкг | |  |  | | --- | --- | | - | - | |

Железо+ Таблетка № 3 розовая таблетка   
вишневый вкус

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | **% от РУСП \***   |  |  | | --- | --- | | **юноши** | **девушки** | |
| **Витамины** |  |  |
| C | 10 мг | |  |  | | --- | --- | | 11 | 14 | |
| B1 | 1,5 мг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 115\*\* | |
| A | 0,5 мг | |  |  | | --- | --- | | 50 | 63 | |
| Фолиевая кислота | 100 мкг | |  |  | | --- | --- | | 25 | 25 | |
| Минералы |  |  |
| Железо | 12 мг | |  |  | | --- | --- | | 80 | 67 | |
| Медь | 1 мг | |  |  | | --- | --- | | 100 | 100 | |

\* – Согласно МР 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации».

\*\* – не превышает верхний допустимый уровень суточного потребления.

\*\*\* – Информация о пищевой ценности продукта определена расчетным путем по среднему значению содержания биологически активного вещества в продукте.

## **Как принимать**

Суточная доза – 3 жевательные таблетки разного цвета. Давая ребенку таблетки с промежутком во времени: например, утром, днем и вечером, вы сделаете витаминную профилактику более эффективной. Очередность приема таблеток в течение дня неважна. Интервал между приемами 4-6 часов.

## **Формa выпуска:** 60 таблеток в блистерах

## **Показания к применению:** в качестве дополнительного источника витаминов, макро- и микроэлементов для детей старше 14 лет.

## **Противопоказания:** Индивидуальная непереносимость компонентов, гиперфункция щитовидной железы. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.