



1 เพิ่มพลังให้ร่างกาย
เสริมสร้างการเจริญเติบโต



2 ช่วยควบคุมน้ำหนัก
ลดความหิวระหว่างมื้อ



3 ลดความเสี่ยงการเกิดเส้นเลือด
ในสมองและหัวใจอุดตัน



4 เป็นพลังกระตุ้นสมอง
เพิ่มประสิทธิภาพในการเรียนรู้



5 ลดความเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน