

Хранителна информация

Средни стойности За 100 ml приготвено мляко Единици

Енергийна стойност 285 1978 kJ

68 472 kcal

Мазнини 3,2 22 g

от които:

наситени мастни киселини 1,4 9,9 g

мононенаситени 1,2 8,5 g

полиненаситени мастни киселини 0,50 3,7 g

-линолова киселина (LA) 428 3000 mg

-алфа – линоленова киселина (ALA) 51 360 mg

-арахидонова киселина (AA) 8,8 60 mg

-докозахексаенова киселина (DHA) 17 120 mg

Въглехидрати 8,1 56 g

от които

захари 8,0 55 g

– лактоза 7,8 55 g

– полиоли

– инозитол 8,0 56 mg

Хранителни влакнини 0,70 4,8 g

от които

GOS2 0,24 1,7 g

FOS3 0,04 0,28 g

3'GL4 0,015 0,10 g

Белтъци 1,4 9,4 g

казеин 0,80 5,5 g

суроватъчен белтък 0,50 3,7 g

Сол 0,06 0,41 g

Витамини

Витамин А 60 413 µg

витамин D 1,7 12 µg

витамин Е 1,1 7,6 mg TE

витамин К 5,9 41 µg

витамин С 8,8 61 mg

тиамин (B1) 0,06 0,42 mg

рибофлавин (B2) 0,14 0,99 mg

ниацин (B3) 0,46 3,2 mg

витамин B6 0,05 0,36 mg

фолат 16 113 µg

витамин B12 0,09 0,59 µg

биотин 1,8 13 µg

пантотенова киселина 0,56 3,9 mg

Минерали

Натрий 23 163 mg

Калий 74 511 mg
Хлор 54 377 mg
Калций 95 656 mg
Фосфор 55 385 mg
Магнезий 6,8 48 mg
Желязо 1,1 7,9 mg
Цинк 0,65 4,5 mg
Мед 0,05 0,37 mg
Манган 0,01 0,04 mg
Флуор $\leq 0,006 \leq 0,04$ mg
Молибден (Mo) $\leq 6,1 \leq 43$ μ g
Селен 3,1 22 μ g
Хром $\leq 6,1 \leq 43$ μ g Йод 13 90 μ g

Други

L-карнитин 2,0 14 mg
холин 15 104 mg
таурин 5,1 35 mg
некалорични въглехидрати 0,12 0,80 g
нуклеотиди 2,4 17 mg

1. 100 ml = 90 ml вода + 3 изравнени мерителни лъжички (13,8 g)
2. галакто-олигозахариди
3. фрукто-олигозахариди
4. 3-Галактозиллактоза
5. Интактен белтък от краве мляко

