

Хранителна информация

Средни стойности За 100 ml приготвено мляко Единици
Енергийна стойност 276 2024 kJ
66 484 kcal

Мазнини 3,4 25 g

от които:

наситени мастни киселини 1,5 11 g

мононенаситени 1,3 9,5 g

полиненаситени мастни киселини 0,60 4,2 g

-линолова киселина (LA) 450 3300 mg

-алфа – линоленова киселина (ALA) 54 390 mg

-арахидонова киселина (AA) 17 120 mg

-докозахексаенова киселина (DHA) 17 120 mg

Въглехидрати 7,3 53 g

от които

захари 7,2 53 g

– лактоза 7,0 52 g

– полиоли

– инозитол 7,3 53 mg

Хранителни влакнини 0,70 5,0 g

от които

GOS2 0,24 1,8 g

FOS3 0,04 0,29 g

3'GL4 0,015 0,11 g

Белтъци 1,3 9,7 g

казеин 0,80 5,6 g

суроватъчен белтък 0,50 3,8 g

Витамини

витамин А 58 423 µg

витамин D 1,6 12 µg

витамин Е 1,1 8,2 mg TE

витамин К 5,8 42 µg

витамин С 9,2 68 mg

тиамин (B1) 0,07 0,48 mg

рибофлавин (B2) 0,14 1,0 mg

ниацин (B3) 0,43 3,2 mg

витамин B6 0,05 0,34 mg

фолат 14 101 µg

витамин B12 0,08 0,60 µg

биотин 1,7 12 µg

пантотенова киселина 0,50 3,7 mg

Минерали

Натрий 22 161 mg

Калий 75 553 mg

Хлор 53 388 mg

Калций 79 580 mg

Фосфор 51 374 mg

Магнезий 5,1 38 mg

Желязо 0,79 5,8 mg

Цинк 0,63 4,6 mg

Мед 0,05 0,38 mg

Манган 0,004 0,03 mg

Флуор $\leq 0,006 \leq 0,04$ mg

Молибден (Mo) $\leq 5,9 \leq 44$ μ g

Селен 3,0 22 μ g

Хром $\leq 5,9 \leq 44$ μ g Йод 13 92 μ g

Други

L-карнитин 2,1 15 mg

холин 22 160 mg

таурин 5,3 39 mg

некалорични въглехидрати 0,10 0,80 g

нуклеотиди 2,3 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

