

Хранителни стойности

Средни стойности

	за 100 ml мляко	Мерни единици
Енергийна стойност	285	kJ
	68	Kcal
Мазнини	3,2	g
от които наситени мастни киселини	1.0	g
мононенаситени мастни киселини	1,7	g
полиненаситени мастни киселини	0,50	g
– линолова киселина (LA)	430	mg
– α -линоленова киселина (ALA)	52	mg
– арахидонова киселина (AA)	8,8	mg
– докозахексаенова киселина (DHA)	17	mg
Въглехидрати	8,2	g
от които		
захари	7,9	g
– лактоза	7,6	g
Хранителни влакнини	0,60	g
от които		
– GOS ¹	0,47	g
– FOS ²	0,08	g
Белтъци	1,4	g

Витамины

витамин А	60	µg
витамин D	1,7	µg
витамин Е	1,7	mg TE
витамин К	4,3	µg
витамин С	8,4	mg
тиамин (витамин В1)	0,06	mg
рибофлавин (витамин В2)	0,11	mg
ниацин (витамин В3)	0,46	mg
витамин В6	0,05	mg
Фолат		
	13,09	µg
витамин В12	0,18	µg
Биотин	1,7	µg
Пантотенова киселина	0,48	mg

Минерали

Na	23	mg
K	74	mg
Cl	53	mg
Ca	73	mg
P	48	mg
Mg	7,1	mg
Fe	1,0	mg
Zn	0,50	mg
Cu	0,05	mg

Mn	0,005	mg
F	≤ 0,006	mg
Se	3,1	μg
I	13	μg
некалорични въглехидрати	0,20	g

* 100 ml = 90 ml вода + 3 изравнени мерителни лъжички (14,3 g)

1 галакто-олигозахариди

2 фрукто-олигозахариди

