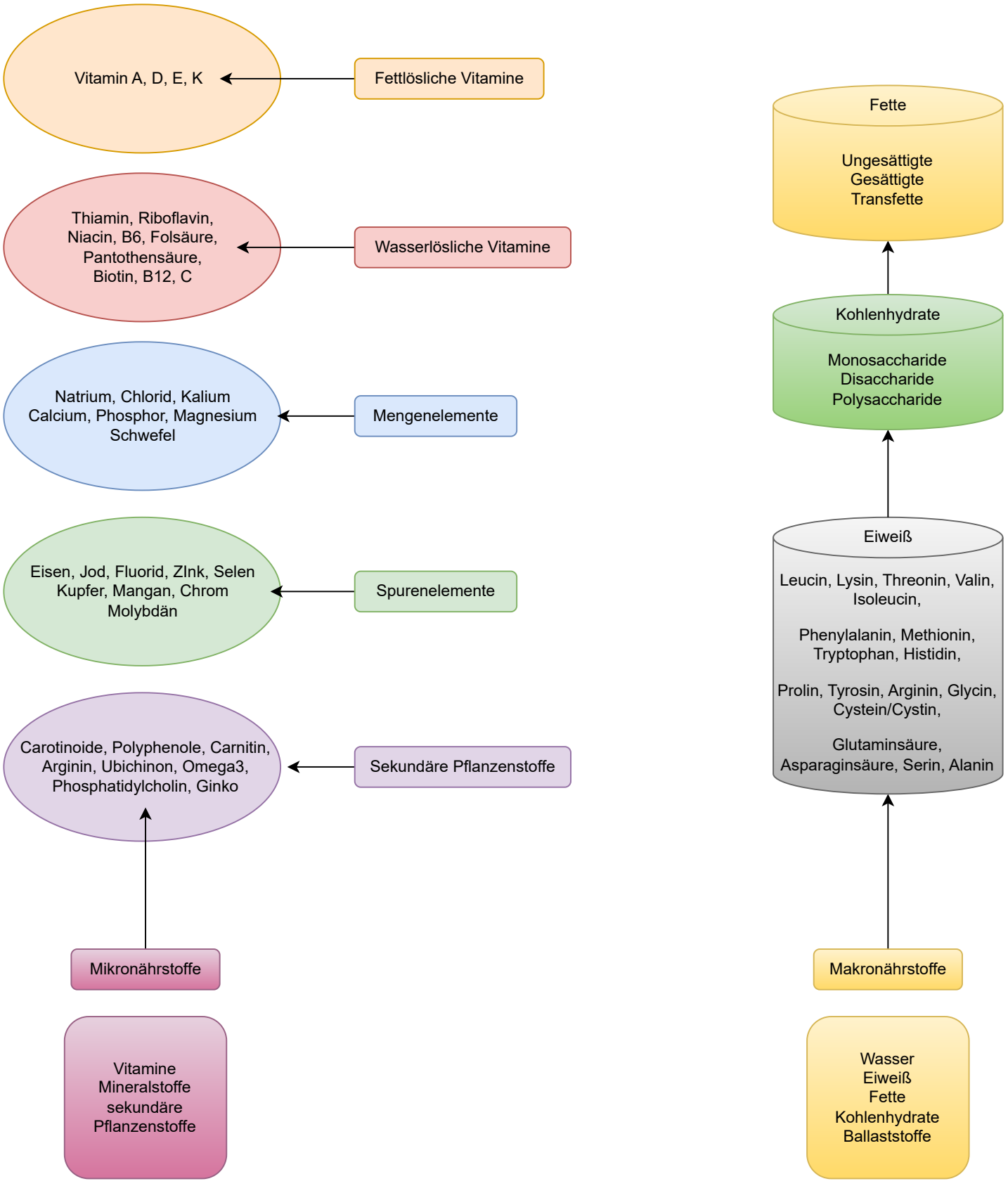
Vitamin A, D, E, K
Fettlösliche Vitamine
Thiamin, Riboflavin, Niacin, B6, Folsäure, Pantothensäure, Biotin, B12, C
Wasserlösliche Vitamine
Natrium, Chlorid, Kalium Calcium, Phosphor, Magnesium Schwefel
Mengenelemente
Eisen, Jod, Fluorid, ZInk, Selen Kupfer, Mangan, Chrom Molybdän
Spurenelemente
Carotinoide, Polyphenole, Carnitin, Arginin, Ubichinon, Omega3, Phosphatidylcholin, Ginko
Sekundäre Pflanzenstoffe
Mikronährstoffe
Vitamine Mineralstoffe sekundäre Pflanzenstoffe
Fette
Ungesättigte Gesättigte Transfette
Kohlenhydrate
Monosaccharide Disaccharide Polysaccharide
Eiweiß
Leucin, Lysin, Threonin, Valin, Isoleucin,
Phenylalanin, Methionin, Tryptophan, Histidin,
Prolin, Tyrosin, Arginin, Glycin, Cystein/Cystin,
Glutaminsäure, Asparaginsäure, Serin, Alanin
Makronährstoffe
Wasser Eiweiß Fette Kohlenhydrate Ballaststoffe