

	Säuglinge			Kinder				Erwachsene		
	1)	2)	3)	4)	5)	6)	7)	8)	9)	10)
Nahrungsenergie, gesamt	x	x	x	x	xx	xx	xx	x	x	x
Kohlehydrate:										
Stärke										
Zucker	x	x	x	x	x	x	xx			
Nahrungsfasern						x	x			
Fett gesamt		xx								
Fettsäuren, ess.		x					x	x		
Protein	xx	x	x	x	x	x	xx	x	xx	xx
Aminosäuren:										
Arg Arginin		xx			x		xx			
His Histidin	x	xx			x		xx			
Ileu Isoleucin	x	xx			x		xx			
Leu Leucin	x	xx			x		xx			
Lys Lysin		xx			x		xx	x		
Met Methionin		xx			x		xx	x		
Phe Phenylalanin		xx			x		xx			
Thr Threonin		xx			x		xx	x		
Try Tryptophan		xx			x		xx	x		
Val Valin	x	xx			x		xx			
Mineralstoffe:										
Ca Calcium	xx	xx	xx	x	x	x	xx	x	x	xx
Mg Magnesium				x	x	x	x			
Fe Eisen	xx	xx	xx	xx	xx	x	xx	xx	xx	xx
S Schwefel				x	x				x	x
P Phosphor				x	x				x	x
Na Natrium				x	x		x	x		
K Kalium	x	x	x	x	x		x	x		
Cu Kupfer	x	x		x	x		x			
Mo Molybdän										
Mn Mangan				x						
Zn Zink	x	x	x	x	x	x	x		x	x
Cr Chrom				x						
Se Selen							xx			
Ni Nickel							x			
V Vanadium										
Cl Chlor										
F Fluor				x	x	x		x		
J Jod				x	x	x	x			
Vitamine:										
Vitamin A	xx	xx		x	x		x			
Vitamin D	xx	xx	x	x	x	x				
Vitamin E	x						xx			
Vitamin K	x	x							x	
B1 Thiamin	x	x		x	x	x	xx	x	x	x
B2 Riboflavin	x	x		x	x	x	xx	x	x	x
Niacin							x	x	x	x
B6 Pyridoxin		x					x		x	
Pantothemat							x			
Kobalamin		x					x			
B12 Folat	x	x					x	x	x	
Biotin										
Cholin										
Vitamin C	xx	xx		xx	xx	xx	xx	xx	xx	xx