

כל כמוסת מולטי-ויטמין פרמאטון מכילה:

שם הרכיב	כמות	% מקצובה יומית מומלצת לגברים לגילאי 50-25	% מקצובה יומית מומלצת לנשים לגילאי 50-25	% מקצובה יומית מומלצת לגברים לגילאי 70-51	% מקצובה יומית מומלצת לנשים לגילאי 70-51
ויטמינים					
ויטמין A	2667 יב"ל	81	102	89	115
ויטמין D	200 יב"ל	100	100	50	50
ויטמין E	14.9 מ"ג	149	186	99	99
ויטמין B1	1.4 מ"ג	93	127	117	127
ויטמין B2	1.6 מ"ג	94	123	123	145
ויטמין B3	18 מ"ג	95	120	112.5	129
ויטמין B6	2 מ"ג	100	125	118	133
חומצה פולית	100 מק"ג	50	55	25	25
ויטמין B12	1 מק"ג	50	50	42	42
ויטמין C	60 מ"ג	100	100	67	80
ביוטין	150 מק"ג	150	150	500	500
מינרלים					
סידן	100 מ"ג	12.5	12.5	8	8
מגנזיום	10 מ"ג	3	4	2	3
ברזל	10 מ"ג	100	67	125	125
אבץ	1 מ"ג	7	8	9	12.5
סלניום	50 מק"ג	71	91	91	91
נחושת	2 מ"ג	67	67	222	222
מנגן	2.5 מ"ג	50	50	109	139
מרכיבים נוספים					
לציטין	100 מ"ג	לא ידוע	לא ידוע	לא ידוע	לא ידוע
תמצית ג'ינסנג סטנדרטית G115	40 מ"ג	לא ידוע	לא ידוע	לא ידוע	לא ידוע