

# כל כמוסת מולטי-ויטמין פרמאטון מכילה:

שם הרכיב	כמות	% מקצובה יומית מומלצת לגברים לגילאי 50-25	% מקצובה יומית מומלצת לנשים לגילאי 70-51	% מקצובה יומית מומלצת לגברים לגילאי 70-51	% מקצובה יומית מומלצת לנשים לגילאי 70-51
<b>ויטמינים</b>					
ויטמין A	2667 יב"ל	81	102	89	115
ויטמין D	200 יב"ל	33	33	33	33
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
<b>מינרלים</b>					
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
<b>לציטין</b>					
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