**Takviye Edici Gıdalarda Kullanılan Vitaminler ve Mineraller**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Vitaminler | 2. Mineraller |
| Vitamin A (μg RE) | Kalsiyum (mg) |
| Vitamin D (μg) | Magnezyum (mg) |
| Vitamin E (mg α-TE) | Demir (mg) |
| Vitamin K (μg) | Bakır (μg) |
| Vitamin B1 (tiamin) (mg) | İyot (μg) |
| Vitamin B2 (riboflavin)(mg) | Çinko (mg) |
| Vitamin B3 (niasin) (mg NE) | Manganez (mg) |
| Vitamin B5 (pantotenik asit) (mg) | Fosfor (mg) |
| Vitamin B6 (piridoksin) (mg) | Potasyum (mg) |
| Vitamin B12 (kobalamin) (μg) | Selenyum (μg) |
| Vitamin C (mg) | Krom (μg) |
| Folik asit (μg) | Molibden (μg) |
| Biotin (μg) | Flor (mg) |
|  | Klor (mg) |
|  | Bor (mg) |
|  | (Değişik ibare:RG-21/11/2015-29539) Silisyum (mg) |
|  | Sodyum (mg) |