

スピルリナ栄養成分

日本食品分析センター調べ

タンパク質 (アミノ酸)

バリン
ロイシン
イソロイシン
メチオニン
フェニルアラニン
トリプトファン
ヒスチジン
スレオニン
リジン
アルギニン
シスチン
チロシン
アラニン
グリシン
プロリン
グルタミン酸
セリン
アスパラギン酸
グルタミン
アスパラギン

ビタミン

ビタミンA
ビタミンB1
ビタミンB2
ビタミンB6
ビタミンB12
ビタミンE
ナイアシン当量
ナイアシン (ニコチン酸相当量)
ビタミンK1
ビタミンK2
葉酸
ビオチン

ミネラル

カルシウム
鉄
カリウム
イオウ
マグネシウム
亜鉛
リン
銅
マンガン
コバルト
ナトリウム
総クロム

植物性色素

フィコシアニン
クロロフィルa
総カロテノイド
α-カロテン
β-カロテン
ゼアキサンチン

糖質

ラムノース
マンノース
キシロース

脂質

リノール酸
パルミチン酸
α-リノレン酸
γ-リノレン酸
オレイン酸

その他

核酸 DNA
RNA
SOD
イノシトール