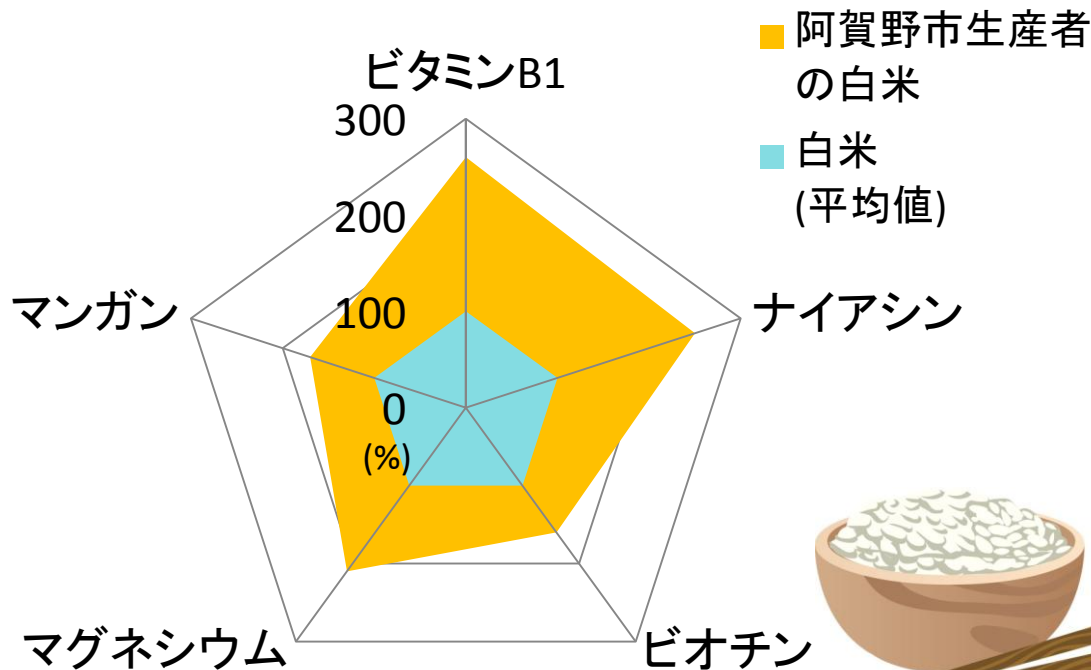


# 阿賀野市の新鮮作物

民蔵ふあーむ

## 中身のチカラ

# ～白米のビタミン・ミネラル～



ビタミンB<sub>1</sub>、ナイアシン、ビオチンは糖や脂肪、マンガン、マグネシウムは糖、タンパク質、脂肪のエネルギー代謝に必要な栄養素です。

文献:エネルギー代謝とビタミン 山田哲雄氏(関東学院女子短期大学助教授)、荒川泰行、and 荒川泰雄。“Mg (マグネシウム).” *medicine* 42.12 (2005): 282-285.、山根靖弘。“生体中の微量元素の役割.” *保健物理* 25.3 (1990): 269-277.

検体数:ご依頼品:1(2016年2月10日の分析値)(データ元:デザイナーフーズ(株))  
対照品:食品標準成分表における「こめ/水稻穀粒/精白米」を100として相対比を算出しています。

