

کد مدرک: SP- Fo- 1393- 0055 تاریخ صدور: ۱۳۹۳/۶/۳ شماره بازنگری:- تاریخ بازنگری:- صفحه ۱ از	جداول اطلاعاتی مقادیر مرجع مواد مغذی	سازمان غذا و دارو اداره کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، آرایشی و بهداشتی
--	--------------------------------------	--

جدول شماره ۱- مقادیر مرجع مواد مغذی - مورد نیاز

NRVs-R	نوع ویتامین ها
۸۰۰ μg *	ویتامین A
۵ μg	ویتامین D
۶۰ mg	ویتامین C
۶۰ μg	ویتامین K
۱,۲ mg	تیامین
۱,۲ mg	ریبوفلاوین
۱۵ mg NE ^۱	نیاسین
۱,۳ mg	ویتامین B6
۴۰۰ μg DFE ^۲	فولات
۲,۴ μg	ویتامین B12
۵ mg	پنتوتنات
۳۰ μg	بیوتین
NRVs-R	نوع مواد معدنی
۱۰۰۰ mg	کلسیم
۳۰۰ mg	منیزیم
۱۴ mg	آهن
۱۵ mg	روی
۱۵۰ μg	ید

¹ - Niacin Equivalents

² - Dietary Folate Equivalents

تصویب کننده: تاریخ:	تایید کننده: تاریخ:	تهیه کننده: تاریخ:
------------------------	------------------------	-----------------------

کد مدرک: SP- Fo- 1393- 0055 تاریخ صدور: ۱۳۹۳/۶/۳ شماره بازنگری:- تاریخ بازنگری:- صفحه ۲ از	جداول اطلاعاتی مقادیر مرجع مواد مغذی	سازمان غذا و دارو اداره کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، آرایشی و بهداشتی
--	--------------------------------------	--

مقدار مشخص نشده	مس
مقدار مشخص نشده	سلنیوم
NRVs-R	سایر
۵۰ g	پروتئین
* برای اعلام بتا-کاروتن که پیش ساز ویتامین A است فاکتور تبدیل به صورت زیر بیان می شود: ۱۰µg رتینول برابر است با ۶µg بتا-کاروتن	

فاکتور تبدیل برای نیاسین و فولات طبق جدول زیر می باشد:

جدول ۲- فاکتور تبدیل برای نیاسین و فولات

		ویتامین
۱mg نیاسین	۱ mg NE	نیاسین
۶۰mg تریپتوفان		
۱µg فولات ماده غذایی	۱µg DFE	فولات
۰/۶µg اسید فولیک افزوده شده به ماده غذایی		

تهیه کننده:	تایید کننده:	تصویب کننده:
تاریخ:	تاریخ:	تاریخ:

کد مدرک: SP- Fo- 1393- 0055 تاریخ صدور: ۱۳۹۳/۶/۳ شماره بازنگری: - تاریخ بازنگری: - صفحه ۳ از ۳	جداول اطلاعاتی مقادیر مرجع مواد مغذی	سازمان غذا و دارو اداره کل نظارت و ارزیابی فرآورده های غذایی، آرایشی و بهداشتی
--	--------------------------------------	--

جدول ۳- مقادیر مرجع ماده مغذی - بیماری های غیرواگیر

NRVs_NCD	
۲۰g	اسیدهای چرب اشباع شده
۲۰۰۰mg	سدیم



تصویب کننده: تاریخ:	تایید کننده: تاریخ:	تهیه کننده: تاریخ:
------------------------	------------------------	-----------------------