

**DAGSDOSIS** af kosttilskud for optimering (**juli måned 2022**) - DLTX..... **16** år

**Vitaminer** \* 12 (1 tablet):

(RI - DK af 15. december 2009, bekendtgørelse 1440)

Vitamin A (retinol)	<b>400 ug</b> (50 %)	(800 ug)
Vitamin B-1 (tiamin)	<b>1,3 mg</b> (118 %)	(1,1 mg)
Vitamin B-2 (riboflavin)	<b>1,5 mg</b> (107 %)	(1,4 mg)
Vitamin B-3 (niacin)	<b>17 mg</b> (106 %)	(16 mg)
Vitamin B-5 (pantotensyre)	<b>6,0 mg</b> (100 %)	(6,0 mg)
Vitamin B-6 (pyridoxin)	<b>1,6 mg</b> (114 %)	(1,4 mg)
Vitamin B-12 (kobalamin)	<b>2,0 ug</b> (80 %)	(2,5 ug)
Vitamin C (askorbinsyre)	<b>119 mg</b> (149 %)	(80 mg)
Vitamin D (kalciferol)	<b>20 ug</b> (400 %)	(5,0 ug)
Vitamin E (tokoferol)	<b>10 mg</b> (83 %)	(12 mg)
Biotin (vitamin H)	<b>50 ug</b> (100 %)	(50 ug)
Folinsyre (vitamin B-9)	<b>300 ug</b> (150 %)	(200 ug)

**Mineraler** herunder **sporstoffer** \* 10 (1 tablet):

(RI - DK af 15. december 2009)

Jern (Fe)	<b>9,0 mg</b> (64 %)	(14 mg)
Jod (I)	<b>60 ug</b> (40 %)	(150 ug)
Kalcium (Ca)	<b>800 mg</b> (100 %)	(800 mg)
Kobber (Cu)	<b>1,0 mg</b> (100 %)	(1,0 mg)
Krom (Cr)	<b>40 ug</b> (100 %)	(40 ug)
Magnesium (Mg)	<b>427,5 mg</b> (114 %)	(375 mg)
Mangan (Mn)	<b>0,5 mg</b> (25 %)	(2,0 mg)
Molybdæn (Mo)	<b>50 ug</b> (100 %)	(50 ug)
Selen (Se)	<b>50 ug</b> (91 %)	(55 ug)
Zink (Zn)	<b>7,0 mg</b> (70 %)	(10 mg)

**Kosttilskud** \* 1 (1 kapsel):

Coenzym Q 10 **100 mg**

**Kosttilskud** \* 1 (1 kapsel):

Mælkesyrebakterier **7,0 milliarder** (Een gang ugentlig)