

Nährstoff-Zufuhr mit 250 ml Stutenmilch (R. Schubert, Stand 16.05.2014)

Hinweise für Konsumenten

* = keine Angabe

Inhaltsstoff	Einheit	Gehalt je 100 ml	Gehalt je 250 ml	Empfohlene Tagesmenge (Erwachsene 70 kg KGW)	Prozent der täglichen Aufnahme
Energie	kcal	48	120	2.800	4,3
	kJ	199	497,5	11.700	4,3
Wasser	g	89,7	224,25	2.500	9,0
Protein	g	2,2	5,5	106	5,2
Fett	g	1,5	3,75	92	4,1
Linolsäure	g	0,08	0,2	4	5,0
Linolensäure	g	0,15	0,375	2	18,8
Cholesterin	mg	5	12,5	*	
Kohlenhydrate	g	6,2	15,5	388	4,0
<i>davon Laktose</i>	g	6,2	15,5		
<i>Mineralstoffe</i>	g	0,4	1		
Natrium	mg	25	62,5	550	11,4
Kalium	mg	70	175	2.000	8,8
Magnesium	mg	9	22,5	350	6,4
Kalzium	mg	110	275	1.100	25,0
Phosphor	mg	54	135	1.000	13,5
Chlorid	mg	20	50	830	6,0
Eisen	µg	70	175	1.100	15,9
Kupfer	µg	30	75	1.250	6,0
Jod	µg	2	5	190	2,6
Fluorid	µg	10	25	3.000	0,8
Chrom	µg	0,9	2,25	70	3,2
Mangan	µg	5	12,5	3.000	0,4
Molybdän	µg	0,9	2,25	75	3,0
Selen	µg	0,5	1,25	50	2,5
Zink	µg	150	375	8.000	4,7
Vitamin A (RE)	µg	17	42,5	1.000	4,3
Carotinoide	µg	32	80	3.000	2,7
Vitamin D	µg	0,05	0,125	20	0,6
Vitamin E	µg	100	250	1.350	18,5
Vitamin K	µg	2	5	70	7,1
Vitamin B1	µg	30	75	1.200	6,3
Vitamin B2	µg	30	75	1.250	6,0
Vitamin B6	µg	30	75	1.400	5,4
Biotin	µg	7	17,5	45	38,9
Cholin	mg	30	75	800	9,4
Vitamin B12	µg	0,3	0,75	45	1,7
Folsäure	µg	4	10	400	2,5
Niacin (NE)	µg	623	1557,5	1.500	103,8
Pantothensäure	µg	300	750	6.000	12,5
Vitamin C	mg	15	37,5	100	37,5

Quellen:

Abfalter, Johann. Milk product comprising mare's milk and goat's milk and process for its production and its use. European Patent EP1785037, eingereicht 11/09/2006

DACH 2000, 2008: Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährung (SVE). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Verl. Umschau Braus, Frankfurt am Main 2000; 3. korrigierter Nachdruck 2008 der 1. Auflage, ISBN 978-3-86528-128-9

Bühlbäcker A: Zur Verwendbarkeit von Stutenmilch, Kumyss und Eselsmilch als Diätetika und Heilmittel unter besonderer Berücksichtigung der Bedürfnisse des Säuglings und des Frühgeborenen. Dissertation Privatuniversität Witten/Herdecke, Bereich Medizin; Verlag Dr. Markus Hänsel-Hohenhausen, Mikrofiche-Ausg. 1995

Bundeslebensmittelschlüssel 2005: Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel, Karlsruhe