



Tabela 1: Koncentracija vitaminov v aroniji

Vitamin	Priporočena dnevna količina (mg)	Vsebnost vitamina v aroniji (mg/100g suhe snovi)
Vitamin A	0,25 - 2,7	1, 1-2, 4
Vitamin E	5,0 - 3,0	0,8 - 3,1
Vitamin K	1,5 - 7	0,8 - 1,0
Vitamin B2	0,4 - 2,5	0,13
Vitamin B9	0,1 - 0,5	0,1 - 0,21
Vitamin C	35 - 150	10 - 50
Vitamin P	25	1200 - 500