



# 納豆の栄養一覧



タンパク質



レシチン



食物繊維



ナットウキナーゼ



レシチン



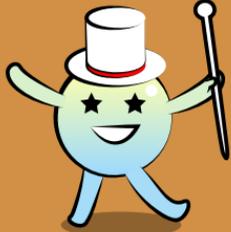
リン



鉄分



脂肪



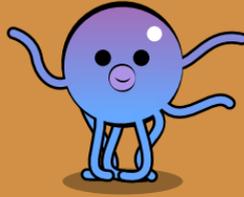
チアミン  
(ビタミンB1)



リボフラビン  
(ビタミンB2)



ナイアシン  
(ビタミンB3)



アルギニン  
(ビタミンB4)



パントテン酸  
(ビタミンB5)



ビタミンB6



セレン



ビオチン



葉酸



ビタミンE



ビタミンK



ナトリウム



カリウム



カルシウム



マグネシウム



亜鉛



銅