

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ		หน่วย
	ผักชีข้าง	พญายอ	
คาร์โบไฮเดรต (โดยการคำนวณ)	7.77	10.87	กรัม/100 กรัม
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	10.13	13.45	กรัม/100 กรัม
พลังงานทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	61.5	66.9	กิโลแคลอรี/100 กรัม
ความชื้น	82.0	78.1	กรัม/100 กรัม
ไขมันทั้งหมด	1.53	0.45	กรัม/100 กรัม
โปรตีน (Nx6.25)	4.16	4.83	กรัม/100 กรัม
กาก	2.36	2.58	กรัม/100 กรัม
เถ้า	2.18	3.17	กรัม/100 กรัม
แคลเซียม	454.9	504.9	มิลลิกรัม/100 กรัม
โซเดียม	15.6	4.42	มิลลิกรัม/100 กรัม
โพแทสเซียม	83.5	173.1	มิลลิกรัม/100 กรัม
ฟอสฟอรัส	21.9	33.2	มิลลิกรัม/100 กรัม
แมกนีเซียม	99.3	175.5	มิลลิกรัม/100 กรัม
สังกะสี	1.01	0.61	มิลลิกรัม/100 กรัม
เบตา-คาโรทีน	18 121.5	16 814.6	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₁	487.2	456.2	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₂	51.4	82.0	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินซี	ไม่พบ	ไม่พบ	มิลลิกรัม/100 กรัม
เหล็ก	1.90	1.39	มิลลิกรัม/100 กรัม
ทองแดง	0.18	0.11	มิลลิกรัม/100 กรัม

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ		หน่วย
	ผักหวานบ้าน	ปลั่งเขียว	
คาร์โบไฮเดรต (โดยการคำนวณ)	5.90	6.07	กรัม/100 กรัม
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	7.76	8.43	กรัม/100 กรัม
พลังงานทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	63.3	33.9	กิโลแคลอรี/100 กรัม
ความชื้น	82.7	88.1	กรัม/100 กรัม
ไขมันทั้งหมด	1.59	0.20	กรัม/100 กรัม
โปรตีน (Nx6.25)	6.34	1.95	กรัม/100 กรัม
กาก	1.86	2.36	กรัม/100 กรัม
เถ้า	1.61	1.32	กรัม/100 กรัม
แคลเซียม	71.5	72.6	มิลลิกรัม/100 กรัม
โซเดียม	0.85	7.00	มิลลิกรัม/100 กรัม
โพแทสเซียม	141.5	132.8	มิลลิกรัม/100 กรัม
ฟอสฟอรัส	37.2	19.4	มิลลิกรัม/100 กรัม
แมกนีเซียม	86.1	60.0	มิลลิกรัม/100 กรัม
สังกะสี	0.48	0.38	มิลลิกรัม/100 กรัม
เบตา-คาโรทีน	28 515.2	4 212.2	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₁	436.5	3 432.0	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₂	16.4	198.5	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินซี	ไม่พบ	ไม่พบ	มิลลิกรัม/100 กรัม
เหล็ก	1.11	0.42	มิลลิกรัม/100 กรัม
ทองแดง	0.10	0.08	มิลลิกรัม/100 กรัม

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ		หน่วย
	ต่ำลิ้งหวาน	เพี้ยฟาน	
คาร์โบไฮเดรต (โดยการคำนวณ)	10.06	30.54	กรัม/100 กรัม
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	11.97	32.85	กรัม/100 กรัม
พลังงานทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	63.3	155.7	กิโลแคลอรี/100 กรัม
ความชื้น	79.6	57.4	กรัม/100 กรัม
ไขมันทั้งหมด	0.49	1.73	กรัม/100 กรัม
โปรตีน (Nx6.25)	4.67	4.50	กรัม/100 กรัม
กาก	1.91	2.31	กรัม/100 กรัม
เถ้า	3.27	3.52	กรัม/100 กรัม
แคลเซียม	400.3	890.3	มิลลิกรัม/100 กรัม
โซเดียม	16.6	0.70	มิลลิกรัม/100 กรัม
โพแทสเซียม	178.8	125.0	มิลลิกรัม/100 กรัม
ฟอสฟอรัส	50.0	37.7	มิลลิกรัม/100 กรัม
แมกนีเซียม	114.1	181.8	มิลลิกรัม/100 กรัม
สังกะสี	0.83	0.50	มิลลิกรัม/100 กรัม
เบตา-คาโรทีน	12 360.1	11 078.4	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₁	368.6	771.8	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₂	68.9	130.6	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินซี	ไม่พบ	ไม่พบ	มิลลิกรัม/100 กรัม
เหล็ก	1.80	2.23	มิลลิกรัม/100 กรัม
ทองแดง	0.22	0.28	มิลลิกรัม/100 กรัม

รายการทดสอบ	ผลการทดสอบ			หน่วย
	ตีปลากั้ง	ตุนขาว	ตุนดำ	
คาร์โบไฮเดรต (โดยการคำนวณ)	14.77	3.49	3.98	กรัม/100 กรัม
คาร์โบไฮเดรตทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	18.12	3.74	4.37	กรัม/100 กรัม
พลังงานทั้งหมด (โดยการคำนวณ)	87.7	19.9	20.6	กิโลแคลอรี/100 กรัม
ความชื้น	71.4	94.4	94.4	กรัม/100 กรัม
ไขมันทั้งหมด	1.78	0.49	0.45	กรัม/100 กรัม
โปรตีน (Nx6.25)	3.15	0.39	0.16	กรัม/100 กรัม
กาก	3.35	0.25	0.39	กรัม/100 กรัม
เถ้า	5.55	0.98	0.62	กรัม/100 กรัม
แคลเซียม	424.7	86.4	49.0	มิลลิกรัม/100 กรัม
โซเดียม	0.69	0.94	13.1	มิลลิกรัม/100 กรัม
โพแทสเซียม	20.1	96.0	61.3	มิลลิกรัม/100 กรัม
ฟอสฟอรัส	51.9	6.49	12.5	มิลลิกรัม/100 กรัม
แมกนีเซียม	327.1	17.9	12.4	มิลลิกรัม/100 กรัม
สังกะสี	1.00	0.14	0.21	มิลลิกรัม/100 กรัม
เบตา-คาโรทีน	19 963.0	2 809.7	1 311.4	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₁	435.8	165.3	267.4	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินบี ₂	104.9	219.1	78.4	ไมโครกรัม/100 กรัม
วิตามินซี	ไม่พบ	ไม่พบ	ไม่พบ	มิลลิกรัม/100 กรัม
เหล็ก	1.41	0.16	0.14	มิลลิกรัม/100 กรัม
ทองแดง	0.12	0.03	0.04	มิลลิกรัม/100 กรัม