

ビタミン・タンパク補給に！

# ビタミンB群酵母



MEDIENCE

ビタミン酵母

シリーズ



業者向け資料

## ビタミンB群とは

ビタミンB群は、主にエネルギー代謝の補酵素として働き、生命活動に必要なエネルギーをつくるために重要な栄養素です。ビタミンB群は水溶性であり、尿中に排泄されやすいため、継続的に摂取することが重要となります。

## ビタミンBが不足すると...

それぞれのビタミンが不足すると「ビタミン欠乏症」を引き起こし、貧血症状による疲労感、食欲不振、頭痛などの症状が現れやすくなります。また、肌や口内の炎症、精神や内臓の疾患も現れやすくなるため注意が必要です。

## 世界のトレンド

現在、遺伝子組換えフリー、グルテンフリー、ビーガン食品などが注目を集めており、ビタミンB群酵母はこれらの全てを満たす有望な食品原料として期待されています。

ビタミンB群酵母 100g中に、タンパク質が約49g含まれており、肉の代替としても利用できるため、ベジタリアンやダイエット中の方のタンパク補給源としても注目されています。

実際に、海外ではスープ、サラダ、ヨーグルトなどにスプーン2~3杯分を振り掛けて味付けとして料理に使用されることもあります。

熱量	382kcal	ビタミンB <sup>1</sup>	59.7mg	ビタミンB <sup>6</sup>	66.3mg
タンパク質	49.3g	ビタミンB <sup>2</sup>	59.7mg	ビタミンB <sup>9</sup>	4.2mg
脂質	5.1g	ビタミンB <sup>3</sup>	331mg	ビタミンB <sup>12</sup>	142µg
炭水化物	34.6g				
ナトリウム	160mg				

栄養成分表示 100gあたり(参考値)

## ビタミンB群酵母のメリット

「ビタミンB群酵母」とは、6種類のビタミンB(B1,B2,B3,B6,B9,B12)を含んだビタミン含有酵母です。

ビタミンを酵母に取り込ませることによって、自然に近い状態で摂取することができるため、生体内利用効率が高くなります。

メディエンスでは、粉末品とフレーク品を揃えております。

## このような方に！

「ビタミンB群酵母」は、タンパク質を多く含むため、アスリート、妊婦、お年寄りなどにも幅広く利用されています。

タンパク質をエネルギーに変換することで疲労感の軽減や、セロトニン・アドレナリンなどの神経伝達物質の合成を促進するため、健やかな体と心を保つのに重要な役割を果たしております。

肌荒れが  
気になる

疲れやすい

健やかな  
心に

