



LÉČIVÉ POTRAVINY 18. 05. 2018

Výživové hodnoty šalvěže

Energie: 15,7 kcal Tuky: 0,65 g Cukry: 0,09 g Bílkoviny: 0,55 g Vláknina: 2 g

Šalvěj lékařská je plná prospěšných látek. Obsahuje **vitamín A, C, a vitamíny skupiny B**. Z minerálních látek má **vápník, sodík, draslík, železo a hořčík**. Dále ale obsahuje celou řadu jedinečných látek: **flavonoidy, fytoestrogeny, silice, třísloviny, saponiny a hořčiny**.

Výživová a energetická hodnota šalvěže na 5 g (jedna čajová lžička):

Energie:	15,7 kcal
Tuky:	0,65 g
Cukry:	0,09 g
Bílkoviny:	0,55 g
Vláknina:	2 g