

乳酸菌飲料1本あたりに含まれるカリウムとリンの量

商品名(ml)	カリウム (mg)	リン (mg)
ヤクルト400 (80ml) 	49	29
ヤクルト1000 (100ml) 	90	50
ヤクルトAce (80ml) 	51	30
ピルクル (65ml) 	41	23
ラブレ プレーン (80ml) 	66	9
ラブレ Light (80ml) 	36	11
毎朝爽快 (125ml) 	40	23
アーモンド効果 オリジナル (200ml) 	39	25

商品名(ml)	カリウム (mg)	リン (mg)
ジョア プレーン (125ml) 	285	167
ジョア ブルーベリー (125ml) 	202	113
ミルミル (100ml) 	192	87
ミルミルS (100ml) 	150	91
ブルガリア 飲むヨーグルト LB81(120ml) 	150	90
LG21ドリンク (112ml) 	151	103
R-1ドリンク (112ml) 	151	104
PA-3ドリンク (112ml) 	184	102

※商品写真は参考画像です。

※栄養成分はメーカー公表値を参考に作成しています。