

ビタミンCが多い食品

-100gあたり-

キウイ



71mg

ゴーヤ



76mg

小松菜

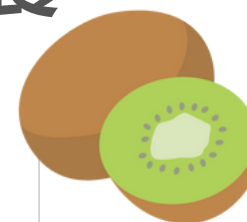


39mg

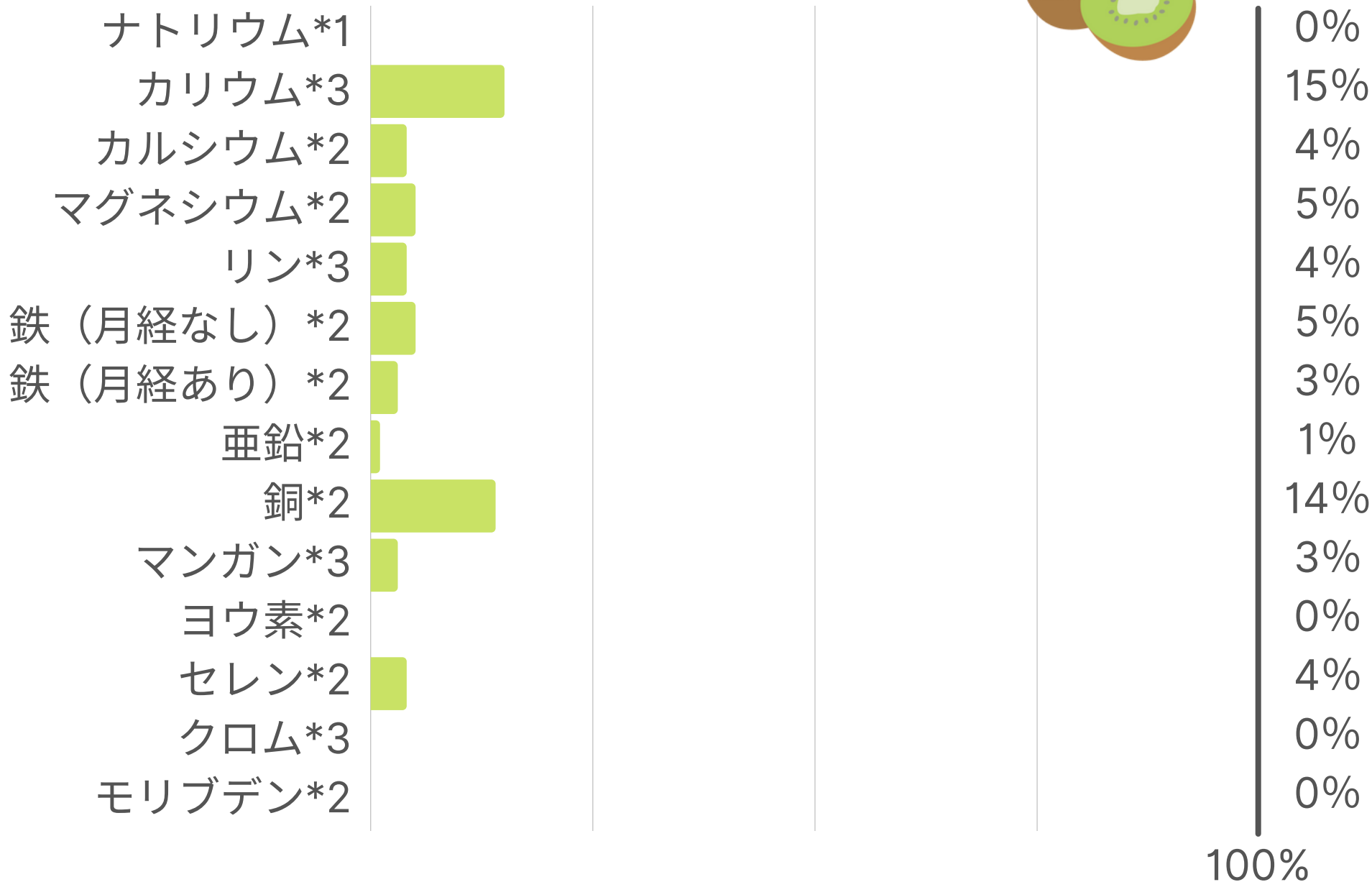
レモン



100mg

キウイフルーツの栄養
-ミネラル-

充足率



キウイフルーツの栄養 -ビタミン-

