

ヤーコン葉（乾燥）の成分(100g 当たり)  
(日本食品分析センター)

成 分	含有量
ナトリウム	10.7mg
カリウム	4,970mg
カルシウム	905mg
リン	416mg
鉄	24.5mg
銅	6.40ppm
亜鉛	30.7ppm
マンガン	66.3ppm
マグネシウム	651mg
総クロム	2.4ppm
タンニン	2.99g
タンパク質	12.8g
脂質	2.9g
糖質	36.8g
繊維	18.3g