



Typical nutritional value of nutraceutical garlic powder/100 grams
updated 12/01/2011

<i>Nutritional Category</i>	<i>Average</i>	<i>ADOGA**</i>	<i>Units</i>
	<i>Values</i>	<i>Values</i>	
<i>Calories</i>	<i>372</i>	<i>289.00</i>	<i>Cal</i>
<i>Total Fat</i>	<i>0.07</i>	<i>0.40</i>	<i>g</i>
<i>Saturated Fat</i>	<i>0.01</i>	<i>N/P***</i>	<i>g</i>
<i>Cholesterol</i>	<i>N/D</i>	<i>N/P</i>	<i>mg</i>
<i>Sodium</i>	<i>25.00</i>	<i>29.00</i>	<i>mg</i>
<i>Total Carbohydrate</i>	<i>80</i>	<i>74</i>	<i>g</i>
<i>Dietary Fiber</i>	<i>20.00</i>	<i>18.00</i>	<i>g</i>
<i>Sugars</i>	<i>2.0</i>	<i>2.00</i>	<i>g</i>
<i>Protein</i>	<i>13.00</i>	<i>15.00</i>	<i>g</i>
<i>Vitamin A</i>	<i>163.00</i>	<i>N/P</i>	<i>IU</i>
<i>Vitamin C</i>	<i>3.5</i>	<i>2.00</i>	<i>mg</i>
<i>Calcium</i>	<i>162.00</i>	<i>123.00</i>	<i>mg</i>
<i>Iron</i>	<i>2.20</i>	<i>6.00</i>	<i>mg</i>
<i>Vitamin E</i>	<i>0.86</i>	<i>N/A****</i>	<i>IU</i>
<i>Thiamin</i>	<i>0.13</i>	<i>0.39</i>	<i>mg</i>
<i>Riboflavin</i>	<i>0.13</i>	<i>0.14</i>	<i>mg</i>

<i>Niacin</i>		<i>N/D</i>	<i>N/A</i>	<i>mg</i>
<i>Vitamin B6</i>		<i>6.0</i>	<i>N/A</i>	<i>mg</i>
<i>Folate</i>		<i>N/D</i>	<i>N/A</i>	<i>mcg</i>
<i>Vitamin B12</i>		<i>0.10</i>	<i>N/A</i>	<i>mcg</i>
<i>Biotin</i>		<i>N/D</i>	<i>N/A</i>	<i>mg</i>
<i>Pantothenic Acid</i>		<i>0.70</i>	<i>N/A</i>	<i>mg</i>
<i>Phosphorus</i>		<i>356.00</i>	<i>350.00</i>	<i>mg</i>
<i>Iodine</i>		<i>N/D</i>	<i>N/A</i>	<i>mcg</i>
<i>Magnesium</i>		<i>72.00</i>	<i>70.00</i>	<i>mg</i>
<i>Zinc</i>		<i>4.0</i>	<i>2.50</i>	<i>mg</i>
<i>Copper</i>		<i>0.30</i>	<i>0.60</i>	<i>mg</i>
<i>Selenium</i>		<i>0.02</i>	<i>N/A</i>	<i>mg</i>
<i>Moisture</i>		<i>3.60</i>	<i>6.80</i>	<i>g</i>
<i>Ash</i>		<i>3.50</i>	<i>4.00</i>	<i>g</i>

** None Detected*

*** Nutritional analyses obtained by The American Onion and Garlic Association (ADOGA)*

**** Not present at levels significant for reporting*

*****Not Available*