

총 단일불포화 지방산**5.43****g**

미리스톨레산(14:1)

15

mg

팔미톨레산(16:1)

720

mg

헵타데센산(17:1)

28

mg

올레산(18:1(n-9))

mg

박센산(18:1(n-7))

mg

가돌레산(20:1)

600

mg

에루크산(22:1)

450

mg

네르본산(24:1)

33

mg

총 다중불포화 지방산**3.36****g**

리놀레산(18:2(n-6)c)

910

mg

알파 리놀렌산(18:3 (n-3))

550

mg

감마 리놀렌산(18:3 (n-6))

0

mg

에이코사디에노산(20:2(n-6))

20

mg

에이코사트리에노산(20:3(n-3))

mg

에이코사트리에노산(20:3(n-6))

0

mg

아라키돈산(20:4(n-6))

89

mg

에이코사펜타에노산(20:5(n-3))

630

mg

도코사디에노산(22:2)

0

mg

도코사펜타에노산(22:5(n-3))

140

mg

도코사헥사에노산(22:6(n-3))

860

mg

오메가3 지방산

2.32

g