

Vitaminy a minerální látky, které lze použít pro výrobu doplňků stravy1. Vitaminy

Vitamin A ($\mu\text{g RE}$)^{*}
Vitamin D (μg)
Vitamin E ($\text{mg } \alpha\text{-TE}$)^{**}
Vitamin K (μg)
Vitamin B₁ (thiamin)(mg)
Vitamin B₂ (riboflavin) (mg)
Niacin (mg NE)^{***}
Pantothénová kyselina (mg)
Vitamin B₆ (pyridoxin) (mg)
Kyselina listová (μg)
Vitamin B₁₂ (kyanokobalamin) (μg)
Biotin (μg)
Vitamin C (mg)

2. Minerální látky

Vápník (mg)
Hořčík (mg)
Železo (mg)
Měď (μg)
Jód (μg)
Zinek (mg)
Mangan (mg)
Sodík (mg)
Draslík (mg)
Selen (μg)
Chrom (μg)
Molybden (μg)
Fluór (mg)
Chlor (mg)
Fosfor (mg)

Poznámka:

* RE = trans-retinolekvivalent

** $\alpha\text{-TE}$ = alfa-tokoferolekvivalent

*** NE = niacinekvivalent

Formy vitaminů a minerálních látek, které lze použít pro výrobu doplňků stravy

1. Formy vitaminů

vitamin	forma
Vitamin A	retinol
	retinyl-acetát
	retinyl –palmitát
	β-karoten
Vitamin D	cholekalciferol
	ergokalciferol
Vitamin E	D-α-tokoferol
	DL-α-tokoferol
	D-α-tokoferyl-acetát
	DL-α-tokoferyl-acetát
	D-α-tokoferyl-sukcinát
Vitamin K	fylochinon (fytomenadion)
Vitamin B ₁	thiamin-hydrochlorid
	thiamin-mononitrát
Vitamin B ₂	riboflavin
	riboflavin-5- fosfát, sodná sůl
Niacin	kyselina nikotinová
	nikotinamid
Kyselina pantothenová	D-pantothenan vápenatý
	D-pantothenan sodný
	dexpanthenol
Vitamin B ₆	pyridoxin-hydrochlorid
	pyridoxin-5-fosfát
Foláty	kyselina pteroylmonoglutamová
	kalcium-L-methylfolát
Vitamin B ₁₂	kyanokobalamin
	hydroxokobalamin
Biotin	D-biotin
Vitamin C	kyselina L-askorbová
	L-askorban vápenatý
	L-askorban draselný
	L-askorban sodný
	L-askorbyl-6-palmitát

2. Formy minerálních látek

Minerální látka	Forma minerální látky
Vápník	uhličitan vápenatý
	vápenaté soli kyseliny citrónové
	chlorid vápenatý
	glukonan vápenatý
	glycerofosforečnan vápenatý
	mléčnan vápenatý
	vápenaté soli kyseliny fosforečné
	hydroxid vápenatý
oxid vápenatý	
Hořčík	octan hořečnatý
	uhličitan hořečnatý
	chlorid hořečnatý
	hořečnaté soli kyseliny citrónové
	glukonan hořečnatý
	glycerofosforečnan hořečnatý
	hořečnaté soli kyseliny fosforečné
	mléčnan hořečnatý
	hydroxid hořečnatý
	oxid hořečnatý
síran hořečnatý	
Železo	uhličitan železnatý
	citronan železnatý
	citronan železito-amonný
	glukonan železnatý
	fumaran železnatý
	difosforečnan sodno-železitý
	mléčnan železnatý
	síran železnatý
	difosforečnan železitý
	elementární železo (získané redukcí vodíkem nebo elektrolyticky)
	sacharát železitý
	oxid železitý se sacharosou
	bisglycinát železitý
Měď	uhličitan měďnatý
	citronan měďnatý
	glukonan měďnatý
	síran měďnatý
	komplex mědi a lysinu
Jód	jodičnan sodný
	jodid sodný
	jodičnan draselný
	jodid draselný

Zinek	octan zinečnatý
	chlorid zinečnatý
	citronan zinečnatý
	glukonan zinečnatý
	mléčnan zinečnatý
	oxid zinečnatý
	uhličitan zinečnatý
	síran zinečnatý
Mangan	uhličitan manganatý
	chlorid manganatý
	citronan manganatý
	glukonan manganatý
	glycerofosforečnan manganatý
	síran manganatý
Sodík	hydrogenuhlíčan sodný
	uhlíčan sodný
	chlorid sodný
	citronan sodný
	glukonan sodný
	mléčnan sodný
	hydroxid sodný
	sodné soli kyseliny fosforečné
Draslík	hydrogenuhlíčan draselný
	uhlíčan draselný
	chlorid draselný
	citronan draselný
	glukonan draselný
	glycerofosforečnan draselný
	mléčnan draselný
	hydroxid draselný
draselné soli kyseliny fosforečné	
Selen	selenan sodný
	hydrogenseleničitan sodný
	seleničitan sodný
Chrom	chlorid chromitý
	síran chromitý
Molybden	molybdenan amonný
	molybdenan sodný
Fluor	fluorid draselný
	fluorid sodný

Podmínky použití některých dalších látek v doplňcích stravy

1. Podmínky použití některých rostlin

Název rostliny	Část rostliny	Nejvyšší přípustné množství v denní dávce
<i>Cimicifuga racemosa</i> (ploštičník hroznovitý)	sušený kořen a oddenek	20 mg
<i>Citrus aurantium</i> (hořký pomeranč)	extrakt (přepočteno na množství synefrinu)	10 mg synefrinu
<i>Crataegus</i> spp. (hloh)	sušený list, květ, plod	200 mg
<i>Dioscorea</i> sp. (rod Jam)	sušená hlíza	100 mg
<i>Echinacea</i> spp. (třapatka)	sušený kořen, nať	500 mg
<i>Garcinia cambogia</i> (garcinie kambodžská)	slupka (přepočteno na množství kyseliny hydroxycitronové)	2000 mg
<i>Ginkgo biloba</i> (jinan dvoulaločný)	standardizovaný extrakt 24/6 z listů	40 mg
<i>Ginkgo biloba</i> (jinan dvoulaločný)	sušený list	2500 mg
<i>Hypericum perforatum</i> (třezalka tečkovaná)	sušená nať	300 mg
<i>Panax ginseng</i> (všehož ženšenový)	sušený kořen	1000 mg
<i>Ptychopetalum olacoides</i> (muira puama)	sušené dřevo	500 mg
<i>Rhodiola rosea</i> (rozchodnice růžová)	standardizovaný extrakt z kořene (4% rosavinu)	100 mg
<i>Schisandra chinensis</i> (klanopraška čínská)	sušené plody	600 mg
<i>Tabebuia impetiginosa</i> (lapačo červené)	sušená kůra	3000 mg
<i>Tribulus terrestris</i> (kotvičnick zemní)	sušená nať, plody	2000 mg
<i>Turnera diffusa</i> (pantala rozkladitá)	sušené listy	1000 mg
<i>Uncaria tomentosa</i> (vilcacora, kočičí dráp)	sušený kořen	1000 mg
<i>Valeriana officinalis</i> (kozlík lékařský)	sušený kořen	500 mg

2. Podmínky použití některých dalších látek jiných než rostliny

Další látky	Nejvyšší přípustné množství v denní dávce
acetylkarnitin	500 mg
DMAE (dimethylaminoethanol)	20 mg
Kyselina orotová	50 mg
Pycnogenol	100 mg
Taurin	2000 mg

Seznam dalších látek zakázaných při výrobě potravin

Tabulka č. 1 Seznam rostlin zakázaných při výrobě potravin

Latinský název	Český název	Rostlinná část
<i>Aconitum</i> spp.	oměj	kořen
<i>Adonanthe</i> spp. (<i>Adonis</i> spp.)	hlaváček	nať
<i>Alkanna</i> spp.	kamejník	
<i>Alstonia</i> spp.	alstonie	kůra
<i>Ammi visnaga</i> (L.) LAM.	moráč zákrovnatý	plod
<i>Andira</i> spp.	andira	
<i>Anchusa</i> spp.	pilát	
<i>Apocynum</i> spp.	toješť	kořen
<i>Areca catechu</i> L.	areka obecná (betelový oříšek)	semeno
<i>Aristolochiaceae</i>	čeleď podražcovité	
<i>Artemisia cina</i>	pelyněk cievárový	
<i>Asarum</i> spp.	kopytník	nať
<i>Aspidosperma quebracho-blanco</i> SCHLECHT.	štítosemenka kebračo	kůra
<i>Atropa</i> spp.	rulík	list, nať, kořen
<i>Azadirachta indica</i>	zederach indický	
<i>Baccharis coridifolia</i>	pomíšenka srdcolistá	
<i>Baccharis megapotamica</i>	pomíšenka poříční	
<i>Borago officinalis</i>	brutnák lékařský	nať, květ
<i>Bragantia wallichii</i>	bragantie Wallichova	
<i>Brachyglottis</i> spp.	jazyčkovec	
<i>Caltha palustris</i>	blatouch bahenní	
<i>Cassia acutifolia</i> (<i>Cassia senna</i>)	kassie ostrolistá	list, plod
<i>Cassia angustifolia</i> VAHL	kassie úzkolistá	list, plod
<i>Catharanthus roseus</i> (L.) G.DON	katarant růžový	nať
<i>Cephaelis</i> spp.	hlavěnka (uragoga)	kořen
<i>Cineraria</i> spp.		
<i>Cinchona</i> spp.	chinovník	kůra
<i>Citrullus colocynthis</i>	kolokvinta obecná	plod
<i>Clematis</i> spp.	plamínek	
<i>Cocculus</i> spp. (<i>Anamirta cocculus</i>)	chebule (latnatá)	
<i>Coleus forskohlii</i>	koleus (kopřivěnka) Forskohlův	
<i>Colchicum</i> spp.	ocún	semeno
<i>Conium maculatum</i>	bolehlav plamatý	
<i>Convallaria majalis</i> L.	konvalinka vonná	list, nať
<i>Corydalis</i> spp.	dymnivka	kořen
<i>Croton tiglium</i>	ladel počistivý	
<i>Cynoglossum</i> spp.	užanka	
<i>Datura</i> spp.	durman	list, nať, semeno

<i>Digitalis</i> spp.	náprstník	list
<i>Diploclisia affinis</i> , <i>Diploclisia chinensis</i>	diklopsie příbuzná diklopsie čínská	
<i>Dryopteris filix-mas</i>	kaprad' samec	oddenek
<i>Duboisia</i> spp.	jedovatice	list
<i>Ecballium elaterium</i> A. RICH.	tykvice pukavá	plod
<i>Ephedra</i> spp.	chvojník	nať
<i>Erechthites</i> spp.	starčekovec	
<i>Erythroxyton</i> sp.	rudodřev	
<i>Eschscholtzia californica</i> CHAM.	sluncovka kalifornská	nať
<i>Eupatorium</i> spp. (kromě <i>Eupatorium perfoliatum</i>)	konopáč	
<i>Euphorbia</i> spp.	pryšec	nať, zaschlá šťáva
<i>Exogonium purga</i>	jalapa počistivá	
<i>Frangula alnus</i> MILL.	krušina olšová	kůra
<i>Gelsemium sempervirens</i> (L.) AIT.	jasmínovec vždyzelený	kořen
<i>Genista tinctoria</i>	kručinka barviřská	
<i>Gossypium</i> spp.	bavlník	semeno
<i>Hedera helix</i> L.	břečťan popínavý	list
<i>Heliotropium</i> spp.	otočník	
<i>Helleborus</i> spp.	čemeřice	kořen
<i>Hydrastis canadensis</i> L.	vodilka kanadská	kořen
<i>Hyoscyamus</i> spp.	blín	list, nať
<i>Chelidonium majus</i> L.	vlaštovičnick větší	kořen, list, nať
<i>Chenopodium ambrosioides</i>	merlík vonný	
<i>Ipomoea</i> spp.	povíjnice	
<i>Ledum palustre</i>	rojovník bahenní	
<i>Lithospermum officinale</i>	kamejka	
<i>Lobelia</i> spp.	lobelka	nať
<i>Mallotus philippinensis</i>	kamala	
<i>Mandragora officinarum</i> L.	mandragora lékařská	kořen
<i>Menispermum canadense</i> , <i>Menispermum dahuricum</i>	lunoplod (chebule) kanadský lunoplod dahurský	
<i>Mucuna pruriens</i>	mukuna	
<i>Nerium oleander</i> L.	oleandr obecný	list, nať
<i>Nicotiana</i> spp.	tabák	list
<i>Papaver somniferum</i> L.	mák setý	plod s výjimkou zralých semen, zaschlá šťáva
<i>Pausinystalia yohimbe</i> (K.SCHUM.) PIERRE	bujarník johimbe	kůra
<i>Petasites</i> spp.	devětsil	
<i>Physostigma venenosum</i> BALF.	puchýřnatec jedovatý	semeno
<i>Pilocarpus</i> spp.	mrštnoplod, jaborand	list
<i>Pinellia ternata</i>	pinelie trojčetná	
<i>Piper methysticum</i> FORSTER	pepřovník opojný (kava-kava)	
<i>Podophyllum peltatum</i> L.	noholist štítnatý	kořen
<i>Polygonum sachalinensis</i>	křídlatka sachalinská	

<i>Polygonum cuspidatum</i>	křídlatka japonská	
<i>Pulsatilla vulgaris</i>	koniklec	
<i>Rauwolfia serpentina</i> (L.) BENTH.	rauwolfie plazivá	kořen
<i>Rhamnus cathartica</i> L.	řeštlák počistivý	kůra, plod
<i>Rhamnus purshiana</i> DC.	řeštlák Purshův	kůra
<i>Rheum officinale, palmatum</i>	reveň	kořen
<i>Rhododendron ferrugineum</i> L.	pěnišník rezavý	list
<i>Ricinus communis</i> L.	skočec obecný	semeno
<i>Ruta graveolens</i>	routa vonná	nať
<i>Sarothamnus scoparius</i> (L.) WIMM.ex KOCH	janovec metlatý	květ, nať
<i>Sassafras albidum</i>	sasafras	
<i>Scopolia carniolica</i> JACQ.	pablen kraňský	kořen
<i>Senecio</i> spp.	starček	
<i>Schoenocaulon officinale</i> (SCHLECHT.et CHAM.) GRAY	sabadila lékařská	semeno
<i>Sida cordifolia</i>	sida srdcolistá	
<i>Sinomenium acutum</i>	sinomenium prudké	
<i>Spartium junceum</i> L.	vítečník sítinovitý	květ, nať
<i>Spigelia</i> spp.	spigelie	kořen, nať
<i>Stephania</i> spp.		
<i>Strophanthus</i> spp.	krutikvět	semeno
<i>Strychnos</i> spp.	kulčiba	semeno
<i>Symphytum</i> spp.	kostival	kořen
<i>Taxus</i> spp.	tis	
<i>Thevetia peruviana</i> (PERS.) SCHUMANN	tevetie	nať
<i>Tussilago farfara</i>	podběl obecný	list, květ
<i>Urginea maritima</i> (L.) J.B.BAK.	urginea přímořská	cibule
<i>Veratrum</i> spp.	kýchavice	kořen
<i>Vitex agnus-castus</i>	drmek obecný	
<i>Vladimiria souliei</i>	vladimira Souliejova	
<i>Xysmalobium undulatum</i> R. BROWN	xysmalobium kadeřavé	kořen

Tabulka č. 2 Seznam některých dalších látek zakázaných při výrobě potravin

Název
<i>Claviceps</i> spp. (paličkovice – sklerocium)
Acetyltryptofan
Dehydroepiandrosteron (DHEA)
Kyselina gama-aminomáselná (GABA)
5-hydroxytryptofan (5-HTP)
Koloidní stříbro
Laktulóza
Melatonin
N-acetylcystein

Příloha č. 5 k vyhlášce č. 225/2008 Sb.

Doporučené denní dávky (DDD) vitaminů a minerálních látek

Minerální látky	jednotky	Doporučená denní dávka
Vitamin A	μg	800
Vitamin D	μg	5
Vitamin E	mg	10
Vitamin C	mg	60
Vitamin B ₁ (thiamin)	mg	1,4
Vitamin B ₂ (riboflavin)	mg	1,6
Niacin	mg	18
Vitamin B ₆ (pyridoxin)	mg	2
Kyselina listová	μg	200
Vitamin B ₁₂ (kobalamin)	μg	1
Biotin	mg	0,15
Kyselina pantothenová	mg	6
Vápník	mg	800
Hořčík	mg	300
Železo	mg	14
Jód	μg	150
Zinek	mg	15
Fosfor	mg	800