

中国居民膳食营养素参考摄入量
第4部分：脂溶性维生素

Chinese dietary reference intakes—
Part 4: Lipid-soluble vitamin

2018-04-27 发布

2018-11-01 实施

中华人民共和国国家卫生健康委员会 发布

前 言

中国居民膳食营养素参考摄入量

第4部分：脂溶性维生素

1 范围

2 规范性引用文件

3 术语和定义

3.1

膳食营养素参考摄入量 dietary reference intakes; DRIs

3.2

平均需要量 estimated average requirement; EAR

3.3

推荐摄入量 recommended nutrient intake; RNI

3.4

3.10

维生素E vitamin E

生育酚 tocopherol

α
E

3.11

α -生育酚当量 α -tocopherol equivalents; α -TE

$$\alpha - = \times \alpha - + \times \beta + \times \gamma + \times \delta$$

$$- + \times \alpha$$

3.12

维生素K vitamin K

4 中国居民膳食脂溶性维生素参考摄入量

表1 中国居民膳食脂溶性维生素参考摄入量

/	A μg RAE/d					D μg/d			E mg α-TE/d		K μg/d
	EAR		RNI		UL	EAR	RNI	UL	AI	UL	AI
0			300 ^a		600		10 ^a	20	3		2
0.5			350 ^a		600		10 ^a	20	4		10
1	220		310		700	8	10	20	6	150	30
4	260		360		900	8	10	30	7	200	40
7	360		500		1500	8	10	45	9	350	50
11	480	450	670	630	2100	8	10	50	13	500	70
14	590	450	820	630	2700	8	10	50	14	600	75
18	560	480	800	700	3000	8	10	50	14	700	80
50	560	480	800	700	3000	8	10	50	14	700	80
65	560	480	800	700	3000	8	15	50	14	700	80
80	560	480	800	700	3000	8	15	50	14	700	80
1 12		480		700	3000	8	10	50	14	700	80
13 27		530		770	3000	8	10	50	14	700	80
28		530		770	3000	8	10	50	14	700	80
		880		1300	3000	8	10	50	17	700	85
注：											
AI											