


Die durchschnittliche Fettsäurezusammensetzung unserer vita-Öle in %


 gesättigte Fettsäuren
 einfach ungesättigte Fettsäuren
 mehrfach ungesättigte Fettsäuren

Ölsorte	gesättigte Fettsäuren	einfach ungesättigte FS	mehrfach ungesättigte Fettsäuren
<i>Feinkostöle</i>			
Rapsöl	6	66	27
Sojaöl	14	22	63
Sonnenblumenöl	12	23	64
Distelöl	10	14	75
Keimöl	13	33	53
Traubenkernöl	9	18	72
Erdnussöl	11	45	43
Walnussöl	9	16	74
Kürbiskernöl	17	40	42
Weizenkeimöl	17	16	66
<i>Kaltgepresste Öle</i>			
Rapskernöl	6	66	27
Sonnenblumenöl	12	23	64
Distelöl	10	14	75
Olivenöl	14	76	9
Sesamöl	13	42	44
Leinöl	10	18	71
<i>Gesundheitsbewusste Speiseöle</i>			
Diät-3-Pflanzenöl	11	19	69
Omega-3- und Omega 6-Pflanzenöl	9,5	40	50