

Alternativa k AG1: jak porovnat zelené nápoje v prášku

Datum 12.10.2026
Subjekt ADVERTES GROUP a.s.
Region Czech Republic
Kategorie Consumer goods

Zelené nápoje v prášku jsou dnes samostatná kategorie. Kdo hledá alternativu k AG1 nebo jinému zelenému nápoji, většinou chce totéž: jednu sklenici místo hrsti kapslí. Neporovnávejte reklamy. Porovnávejte etikety.



O složení a cenách jiných značek tu nepíšeme. Mění se a vždy si je ověřte přímo u výrobce. Dáváme vám místo toho postup, podle kterého porovnáte jakékoli dva produkty sami.

1. Množství u každé látky

Některé produkty uvádějí jen celkovou hmotnost směsi, třeba „bylinná směs 2 g“. Pak nevíte, kolik je v ní čeho. Hledejte tabulku, kde má každá látka vlastní číslo na denní dávku.

2. Procenta RHP

U vitamínů a minerálů musí etiketa uvádět % referenční hodnoty příjmu. Zdravotní tvrzení smí výrobce použít jen u látky, které dávka obsahuje aspoň 15 % RHP. Dlouhý seznam s jednotkami procent je spíš výčet než výživa.

3. Forma vitamínů a minerálů

Seriózní výrobce píše formu do seznamu složek. Hořčík bisglycinát místo pouhého „hořčík“, methylkobalamin u B12, pyridoxal-5-fosfát u B6. Bez formy nevíte, co přesně kupujete.

4. Standardizované extrakty

Rostlinné a houbové extrakty nemají v EU schválená zdravotní tvrzení. Hodnotit je jde jen podle čísel. Dobrá etiketa uvádí množství extraktu i to, kolik z něj tvoří sledovaná složka. Například „extrakt z kurkumy 385 mg, z toho kurkuminoidy 366 mg“.

5. Probiotika: kmen a CFU

„Obsahuje probiotika“ nestačí. Chtějte přesné označení kmene, třeba *Lactobacillus rhamnosus* GG, a počet CFU na dávku.

6. Cena za den

Cena balení sama nic neřekne. Vydělte ji počtem denních dávek v balení. Porovnejte jednorázový nákup i předplatné. A započítejte, co byste jinak kupovali zvlášť: vitamin D, hořčík, probiotika. Teprve pak víte, kolik vás den skutečně stojí.

7. Horní hranice a upozornění

Zelený nápoj obvykle nebývá jediný doplněk v domácnosti. Sečtěte všechno, co berete. Pro dospělé platí horní hranice bezpečného příjmu 12 mg vitamínu B6, 100 µg vitamínu D a 25 mg zinku denně. Přečtěte si také, pro koho produkt není vhodný.

Jak to máme u A.G.E. Elements

A.G.E. Elements je doplněk stravy vyvinutý v Německu. Místo jedné receptury pro všechny má tři podle věku: 20+, 40+ a 60+, se 42, 47 a 49 účinnými látkami. Denní dávka je 13 g.

Na stránce každého produktu zveřejňujeme tabulku s množstvím na dávku a % RHP. Vezměte recepturu 40+. Formy jsou uvedené: hořčík a zinek jako bisglycinát, B12 jako methylkobalamin, B6 jako pyridoxal-5-fosfát. Extrakty mají standardizaci, například withanolidy 19 mg v extraktu z ashwagandhy, antokyany 39 mg v borůvkovém extraktu a trans-resveratrol 75 mg v extraktu z křídlatky japonské. Probiotika jsou čtyři pojmenované kmeny s uvedeným počtem CFU. Složení je veganské, vitamin D3 pochází z lišejníku.

Vitamin D přispívá k normální funkci imunitního systému.

Koupit můžete jedno balení bez závazku, nebo měsíční či čtvrtletní odběr, který kdykoli upravíte nebo zrušíte. Všechny receptury máme skladem a odesíláme hned.

Neužívejte současně s dalšími doplňky se zinkem. Pokud berete léky na ředění krve, poraďte se s lékařem o přípravcích s vitaminem K. Produkt není vhodný pro osoby mladší 18 let, pro těhotné a kojící ženy.

Tabulky všech tří receptur najdete na stránce [Produkty](#). Podle věku pokračujte články [Vitamíny ve dvaceti](#), [Vitamíny po 40](#) a [Vitamíny pro seniory](#).

A.G.E. Elements je doplněk stravy. Doplněk stravy není náhradou pestré a vyvážené stravy a zdravého životního stylu. AG1 je ochranná známka jejího vlastníka; článek s ní není spojen

a neobsahuje údaje o jejím složení ani ceně. Zdroje: nařízení (EU) č. 1169/2011, příloha XIII; nařízení (ES) č. 1924/2006; nařízení Komise (EU) č. 432/2012; EFSA, horní hranice příjmu pro vitamin B6 a vitamin D (2023).