

## References

---

1. Terlecka, P., Iwaniuk, P., & Terlecki, K. Rutwica Lekarska (*Galega Officinalis* L.) i jej właściwości hipoglikemizujące. *Współczesne badania nad stanem środowiska i leczniczym wykorzystaniem roślin*, 73.
2. Król-Kogus, B., & Krauze-Baranowska, M. (2011). Kozieradka pospolita *Trigonella foenum graecum* L.–tradycja stosowania na tle wyników badań naukowych. *Postępy Fitoterapii*, 3, 185-190.
3. Kamble, H., Kandhare, A. D., Bodhankar, S., Mohan, V., & Thakurdesai, P. (2013). Effect of low molecular weight galactomannans from fenugreek seeds on animal models of diabetes mellitus. *Biomedicine & Aging Pathology*, 3(3), 145-151.
4. Raghuram, T. C., Sharma, R. D., Sivakumar, B., & Sahay, B. K. (1994). Effect of fenugreek seeds on intravenous glucose disposition in non-insulin dependent diabetic patients. *Phytotherapy Research*, 8(2), 83-86.
5. Gałązka, I. (2002). Skład mączki cykoriowej wybranych odmian cykorii, zróżnicowanych wielkością i terminem zbioru korzeni. *Żywność. Nauka Technol. Jakość*, 3(32), 46-54.
6. Hayat, I., Ahmad, A., Masud, T., Ahmed, A., & Bashir, S. (2014). Nutritional and health perspectives of beans (*Phaseolus vulgaris* L.): an overview. *Critical reviews in food science and nutrition*, 54(5), 580-592.
7. Spadafranca, A., Rinelli, S., Riva, A., Morazzoni, P., Magni, P., Bertoli, S., & Battezzati, A. (2013). *Phaseolus vulgaris* extract affects glycometabolic and appetite control in healthy human subjects. *British Journal of Nutrition*, 109(10), 1789-1795.
8. Walkiewicz K., Nasiek-Palka A., Gętek M., Muc-Wierzgoń M., Kokot T., Klakla K., Nowakowska-Zajdel E., 2016. Znaczenie substancji aktywnych pochodzenia roślinnego w cukrzycy. *Post. Fitoter.* 17(1), 49–54.
9. Grześkowiak, J., & Łochyńska, M. (2017). Związki biologicznie aktywne morwy białej (*Morus alba* L.) i ich działanie lecznicze. *Post Fitoter.* 18(1), 31-35.
10. Chan, E., Phui-Yan, L., & Siu-Kuin, W. (2016). Phytochemistry, pharmacology, and clinical trials of *Morus alba*. *Chinese journal of natural medicines*, 14(1), 17-30.
11. Davis, P. A., & Yokoyama, W. (2011). Cinnamon intake lowers fasting blood glucose: meta-analysis. *Journal of medicinal food*, 14(9), 884-889.
12. Baker, W. L., Gutierrez-Williams, G., White, C. M., Kluger, J., & Coleman, C. I. (2008). Effect of cinnamon on glucose control and lipid parameters. *Diabetes care*, 31(1), 41-43.
13. Escribano-Bailón, M. T., Alcalde-Eon, C., Muñoz, O., Rivas-Gonzalo, J. C., & Santos-Buelga, C. (2006). Anthocyanins in berries of maqui [*Aristotelia chilensis* (Mol.) Stuntz]. *Phytochemical Analysis: An International Journal of Plant Chemical and Biochemical Techniques*, 17(1), 8-14.
14. Miranda-Rottmann, S., Aspillaga, A. A., Pérez, D. D., Vasquez, L., Martinez, A. L., & Leighton, F. (2002). Juice and phenolic fractions of the berry *Aristotelia chilensis* inhibit LDL oxidation in vitro and protect human endothelial cells against oxidative stress. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 50(26), 7542-7547.
15. Rogala, D., Kulik-Kupka, K., Spychała, A., Śnieżek, E., Janicka, A., & Moskalenko, O. (2016). Bisfenol A–niebezpieczny związek ukryty w tworzywach sztucznych. *Probl Hig Epidemiol*, 97, 213-219.
16. Kolida S., Gibson G.R. 2007. Prebiotic capacity of inulin-type fructans. *Journal Nutrition*, 137 (11 Suppl), 2503S–2506S.