

Detalhe alimento

Nome: Limão

Grupo: Frutos e Derivados

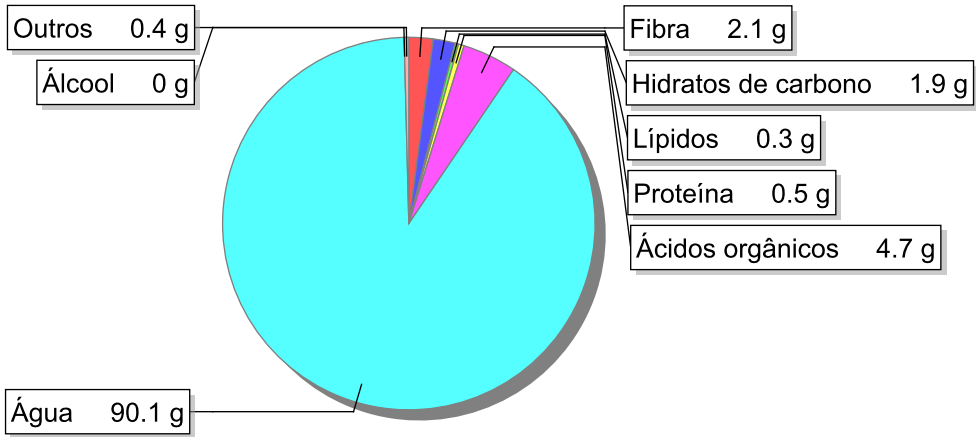
SubGrupo: Frutos frescos e derivados

Parte Edível: 61%

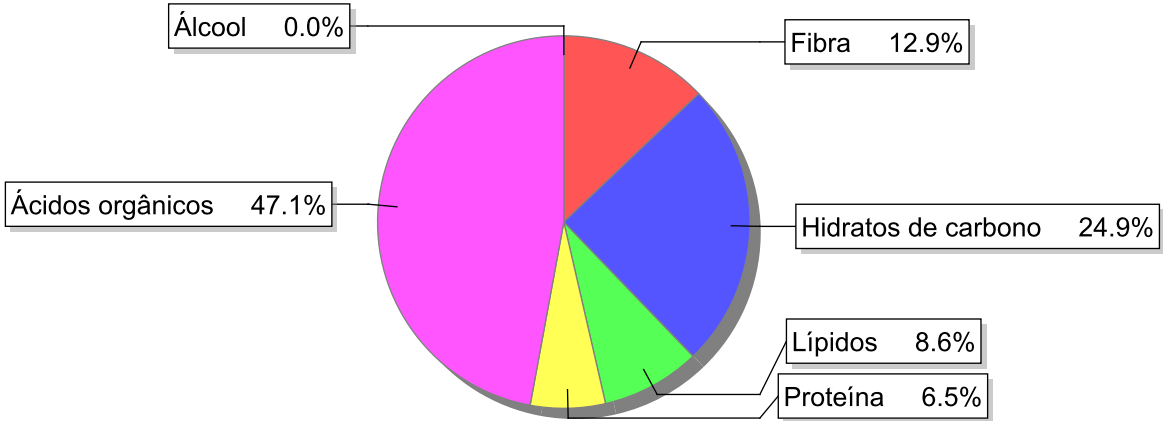
Código: IS661

Código FoodEX2: A01BY

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	31	kcal	
Energia	130	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.1	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.1	g	
Ácido linoleico	0.1	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Total de Hidratos de Carbono expresso em monossacáridos	1.9	g	
Açúcares	1.9	g	
Sacarose	0.6	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	0	g	
Sal	0.0	g	
Fibra	2.1	g	
Proteína	0.5	g	57
Álcool	0	g	
Água	90.1	g	
Ácidos orgânicos	4.7	g	
Colesterol	0	mg	
<b>Vitaminas</b>			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	2	µg	
Caroteno	11	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	0.6	mg	
Tiamina	0.04	mg	57
Riboflavina	0.02	mg	57
Niacina	0.2	mg	
Equivalentes de niacina	0.3	mg	
Triptofano/60	0.1	mg	
Vitamina B6	0.07	mg	57
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	55	mg	57
Folatos	9	µg	
<b>Minerais</b>			
Cinza	0.42	g	
Sódio (Na)	2	mg	57
Potássio (K)	140	mg	
Cálcio (Ca)	26	mg	57
Fósforo (P)	16	mg	57
Magnésio (Mg)	9	mg	
Ferro (Fe)	0.5	mg	57
Zinco (Zn)	0.1	mg	

## Legenda

Código	Nome
g	grama
kJ	kilojoule
kcal	quilocaloria
mg	miligrama

Código	Nome
µg	micrograma

Referências	
Id_pt	Referências
57	PIABAD (1993) Programa do Instituto de Alimentação Becel para análise de dietas: programa profissional para computadores pessoais. Lisboa: IAB