

Detalhe alimento

**Nome:** Alho em pó

**Grupo:** Batatas, Produtos Hortícolas e Derivados excepto leguminosas

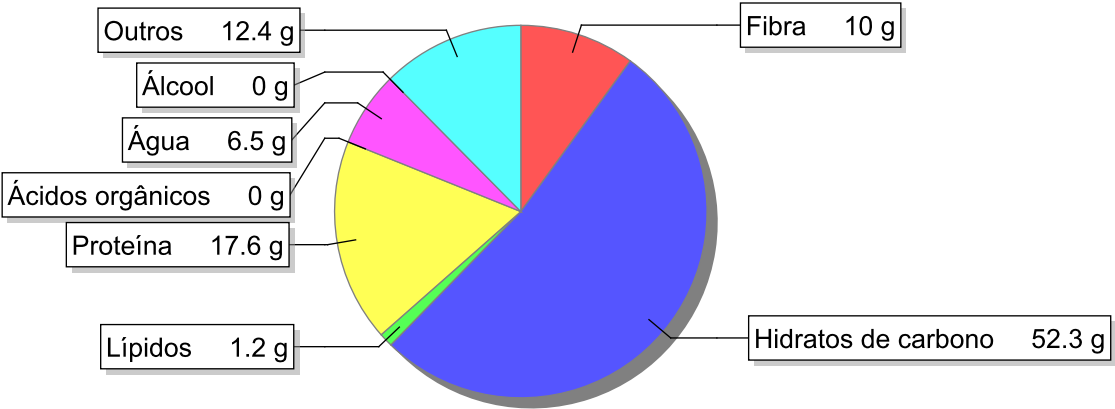
**SubGrupo:** Produtos hortícolas

**Parte Edível:** 100%

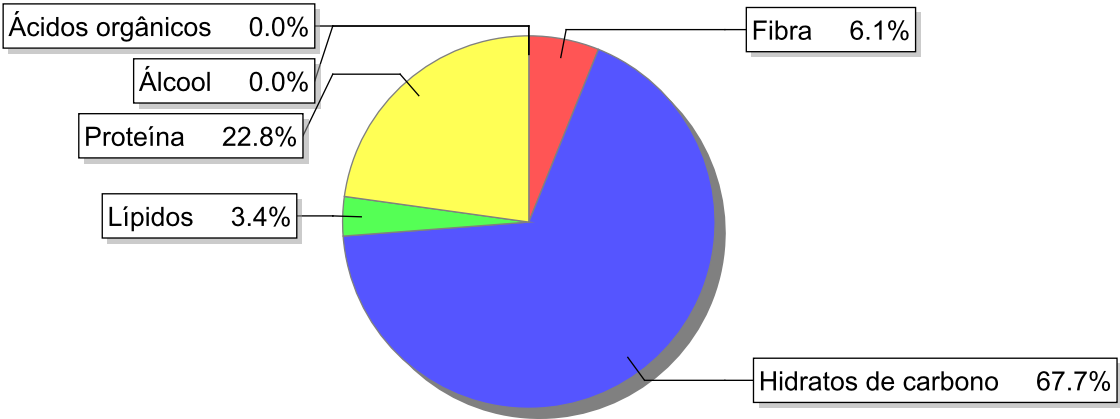
**Código:** IS009

**Código FoodEX2:** A00ZQ

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	310	kcal	
Energia	1310	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.2	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.6	g	
Ácido linoleico	0.6	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	6	g	
Sacarose	2.3	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	46.3	g	
Sal	0.1	g	
Fibra	10	g	
Proteína	17.6	g	
Álcool	0	g	
Água	6.5	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	
<b>Vitaminas</b>			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	0	µg	
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	0.03	mg	
Tiamina	0.47	mg	
Riboflavina	0.09	mg	
Niacina	0.7	mg	
Equivalentes de niacina	4.5	mg	
Triptofano/60	3.8	mg	
Vitamina B6	0.99	mg	
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	0	µg	
<b>Minerais</b>			
Cinza	3.30	g	
Sódio (Na)	23	mg	
Potássio (K)	1230	mg	
Cálcio (Ca)	73	mg	
Fósforo (P)	320	mg	
Magnésio (Mg)	60	mg	
Ferro (Fe)	3.3	mg	
Zinco (Zn)	2.6	mg	

## Legenda

Código	Nome
g	grama
kJ	kilojoule
kcal	quilocaloria
mg	miligrama
µg	micrograma

Referências