

Detalhe alimento

Nome: Biscoitos de trigo integral tipo "Weetabix"

Grupo: Cereais e Derivados

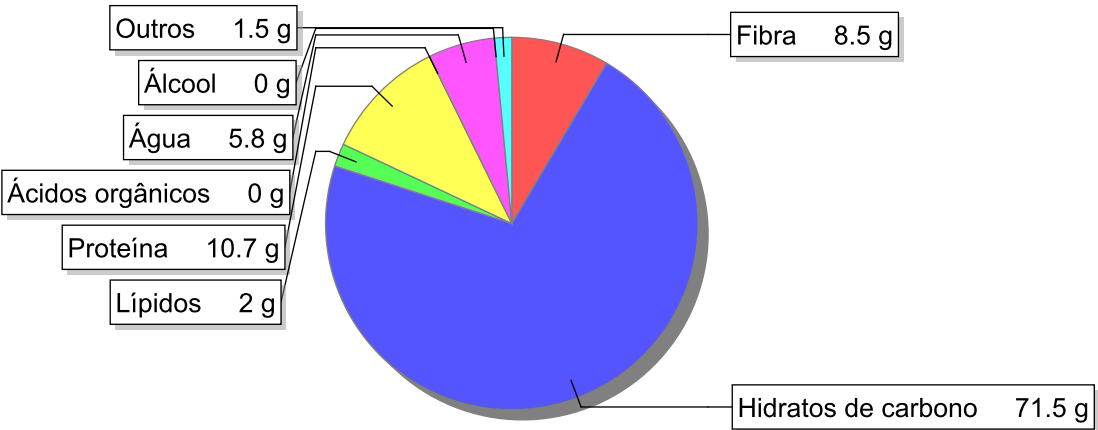
SubGrupo: Cereais de pequeno almoço e farinhas especiais

Parte Edível: 100%

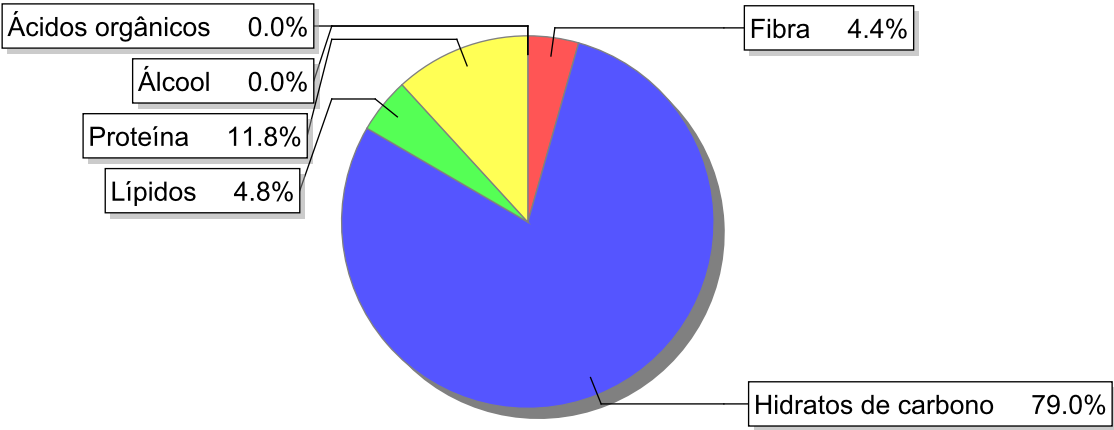
Código: IS450

Código FoodEX2: A00EF

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	364	kcal	
Energia	1540	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.3	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0.4	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.9	g	
Ácido linoleico	0.8	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	6.1	g	
Sacarose	2.8	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	65.4	g	
Sal	0.9	g	
Fibra	8.5	g	
Proteína	10.7	g	
Álcool	0	g	
Água	5.8	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	0	µg	
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	1	mg	
Tiamina	0.7	mg	
Riboflavina	1	mg	
Niacina	10	mg	
Equivalentes de niacina	12	mg	
Triptofano/60	2.1	mg	
Vitamina B6	0.22	mg	
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	50	µg	
Minerais			
Cinza	1.50	g	
Sódio (Na)	370	mg	
Potássio (K)	370	mg	
Cálcio (Ca)	35	mg	
Fósforo (P)	290	mg	
Magnésio (Mg)	120	mg	
Ferro (Fe)	6	mg	
Zinco (Zn)	2	mg	

Legenda

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

Referências