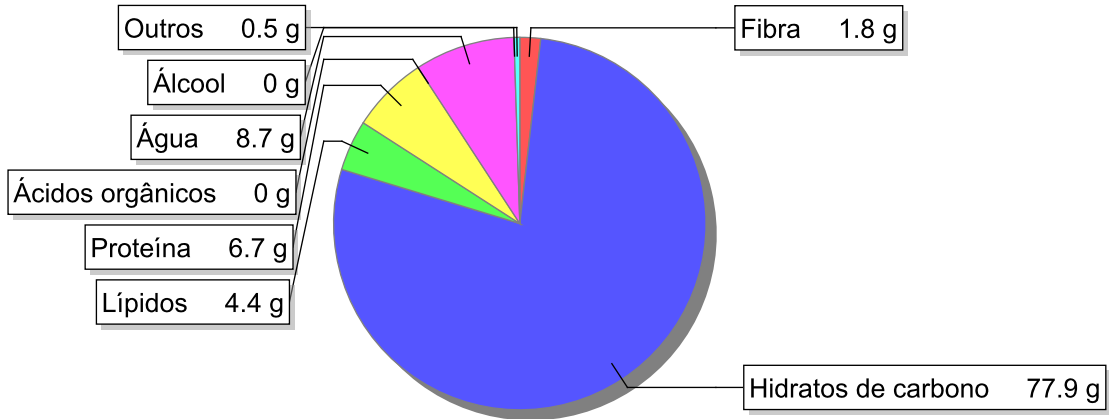


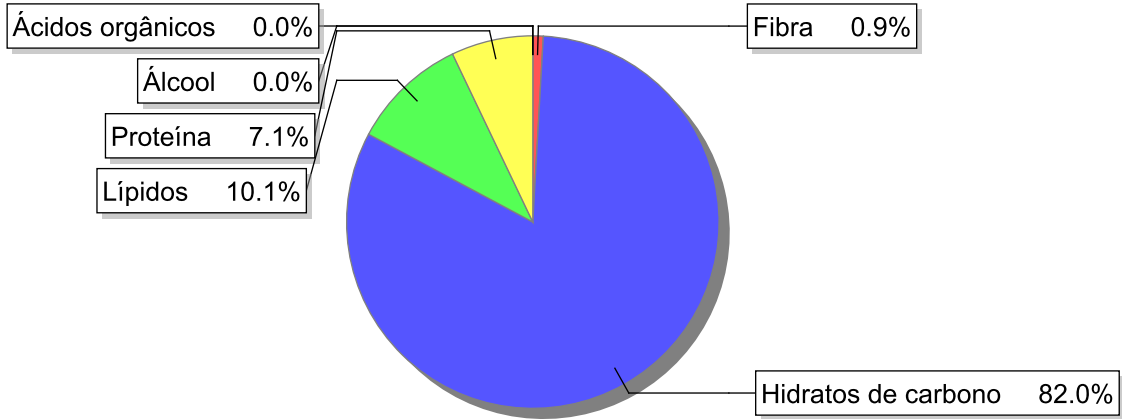
Detalhe alimento

Nome: Biscoitos limão
Grupo: Cereais e Derivados
SubGrupo: Biscoitos
Parte Edível: 100%
Código: IS456
Código FoodEX2: A009X

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	382	kcal	
Energia	1620	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	1.4	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	1.6	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.9	g	
Ácido linoleico	0.9	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	24	g	
Sacarose	23.7	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	53.9	g	
Sal	0.1	g	
Fibra	1.8	g	
Proteína	6.7	g	57
Álcool	0	g	
Água	8.7	g	57
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	61	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	64	µg	
Caroteno	0	µg	57
Vitamina D	0	µg	57
a-tocoferol	0.8	mg	
Tiamina	0.18	mg	57
Riboflavina	0.14	mg	57
Niacina	0.7	mg	57
Equivalentes de niacina	2.1	mg	
Triptofano/60	1.4	mg	
Vitamina B6	0.09	mg	
Vitamina B12	0.31	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	15	µg	
Minerais			
Cinza	0.50	g	
Sódio (Na)	53	mg	57
Potássio (K)	120	mg	
Cálcio (Ca)	28	mg	57
Fósforo (P)	80	mg	57
Magnésio (Mg)	25	mg	
Ferro (Fe)	1.2	mg	57
Zinco (Zn)	0.7	mg	

Legenda

Código	Nome
g	grama
kJ	kilojoule
kcal	quilocaloria
mg	miligrama
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