

Detalhe alimento

**Nome:** Chouriço de sangue cozido sem adição de sal

**Grupo:** Carne e Derivados, Criação e Caça

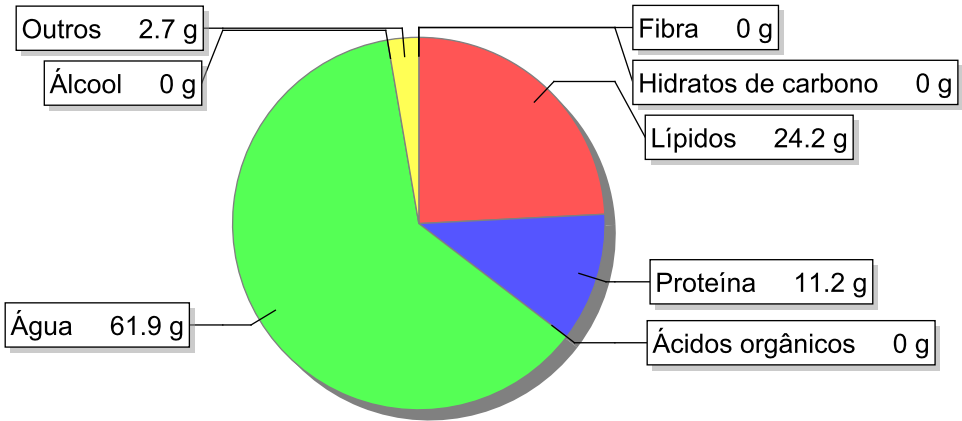
**SubGrupo:** Charcutaria e salsicharia

**Parte Edível:** 100%

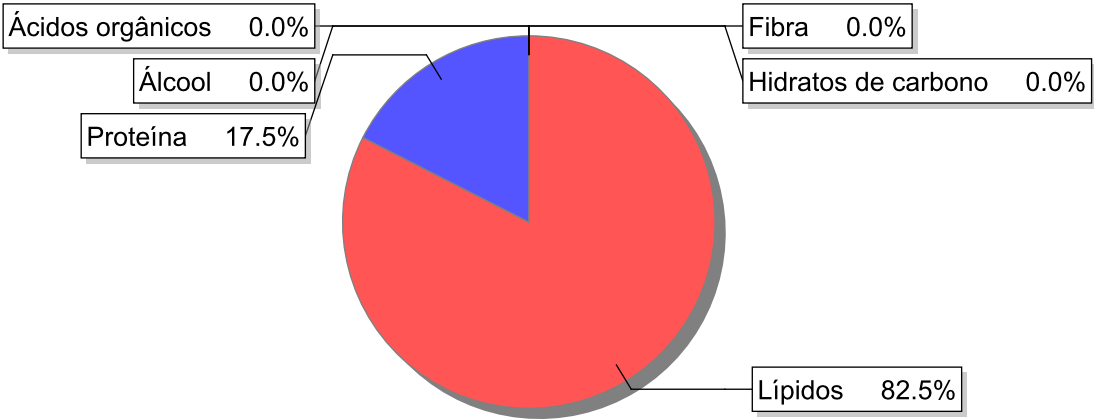
**Código:** IS346

**Código FoodEX2:** A025S

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	263	kcal	
Energia	1090	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	9.4	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	10.9	g	
Ácidos gordos polinsaturados	2	g	
Ácido linoleico	1.6	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0.1	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	0	g	
Sacarose	0	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	0	g	
Sal	2.5	g	
Fibra	0	g	
Proteína	11.2	g	
Álcool	0	g	
Água	61.9	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	111	mg	
<b>Vitaminas</b>			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	10	µg	
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	0.8	µg	
a-tocoferol	0.2	mg	
Tiamina	0.08	mg	
Riboflavina	0.1	mg	
Niacina	0.8	mg	
Equivalentes de niacina	3	mg	
Triptofano/60	2.2	mg	
Vitamina B6	0.03	mg	
Vitamina B12	0.2	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	3.2	µg	
<b>Minerais</b>			
Cinza	2.70	g	
Sódio (Na)	1000	mg	
Potássio (K)	170	mg	
Cálcio (Ca)	43	mg	
Fósforo (P)	70	mg	
Magnésio (Mg)	19	mg	
Ferro (Fe)	14	mg	
Zinco (Zn)	1.3	mg	

## Legenda

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

Referências