

Detalhe alimento

Nome: Pudim instantâneo preparado com leite meio gordo

Grupo: Sobremesas

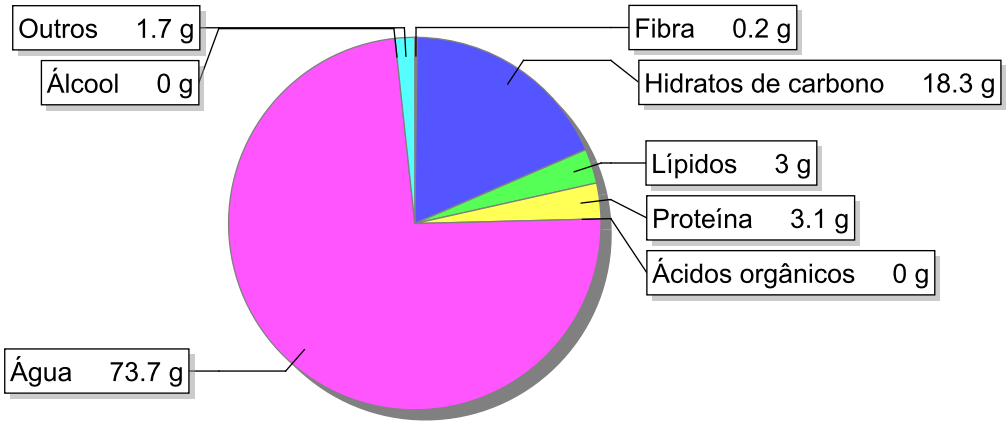
SubGrupo:

Parte Edível: 100%

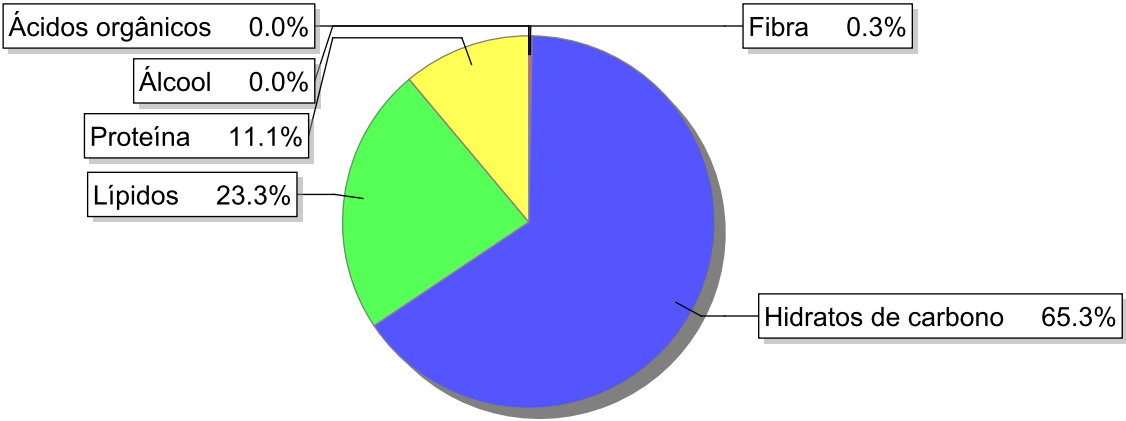
Código: IS493

Código FoodEX2: A02PV

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|-------------------------------|--------|---------|-------|
| Valor Energético | | | |
| Energia | 113 | kcal | |
| Energia | 476 | kJ | |
| Macroconstituintes | | | |
| Lípidos | | g | |
| Ácidos gordos saturados | 2.3 | g | |
| Ácidos gordos monoinsaturados | 0.4 | g | |
| Ácidos gordos polinsaturados | 0.0 | g | |
| Ácido linoleico | 0.0180 | g | |

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|--|-------|---------|-------|
| Ácidos gordos trans | 0.1 | g | |
| Hidratos de carbono | | g | |
| Açúcares | 13.9 | g | |
| Sacarose | 9.3 | g | |
| Lactose | 4.6 | g | |
| Oligossacáridos | 0 | g | |
| Amido | 4.5 | g | |
| Sal | 0.4 | g | |
| Fibra | 0.2 | g | |
| Proteína | 3.1 | g | |
| Álcool | 0 | g | |
| Água | 73.7 | g | |
| Ácidos orgânicos | 0 | g | |
| Colesterol | 7 | mg | |
| Vitaminas | | | |
| Vitamina A total (equivalentes de retinol) | 18 | µg | |
| Caroteno | 10 | µg | |
| Vitamina D | 0.1 | µg | |
| a-tocoferol | 0.02 | mg | |
| Tiamina | 0.03 | mg | |
| Riboflavina | 0.15 | mg | |
| Niacina | 0.16 | mg | |
| Equivalentes de niacina | 0.81 | mg | |
| Triptofano/60 | 0.65 | mg | |
| Vitamina B6 | 0.04 | mg | |
| Vitamina B12 | 0.1 | µg | |
| Vitamina C | 0 | mg | |
| Folatos | 0.8 | µg | |
| Minerais | | | |
| Cinza | 1.02 | g | |
| Sódio (Na) | 160 | mg | |
| Potássio (K) | 140 | mg | |
| Cálcio (Ca) | 98 | mg | |
| Fósforo (P) | 150 | mg | |
| Magnésio (Mg) | 9.2 | mg | |
| Ferro (Fe) | 0.2 | mg | |
| Zinco (Zn) | 0.5 | mg | |

Legenda

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

Referências