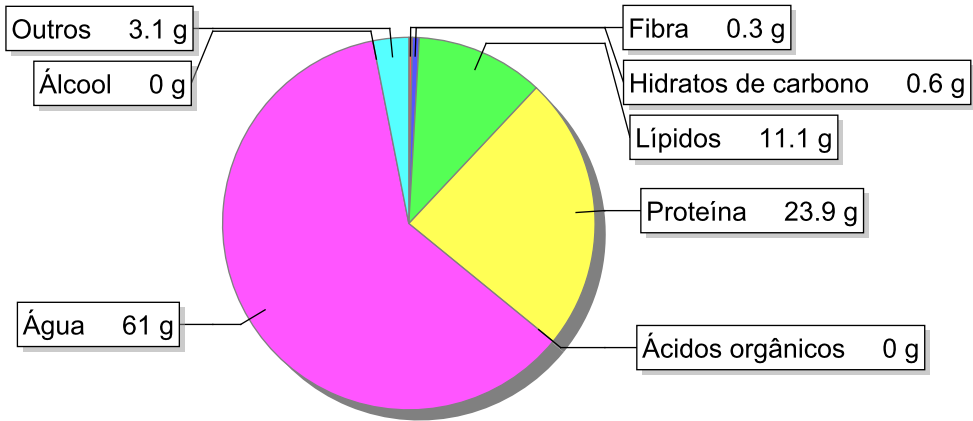


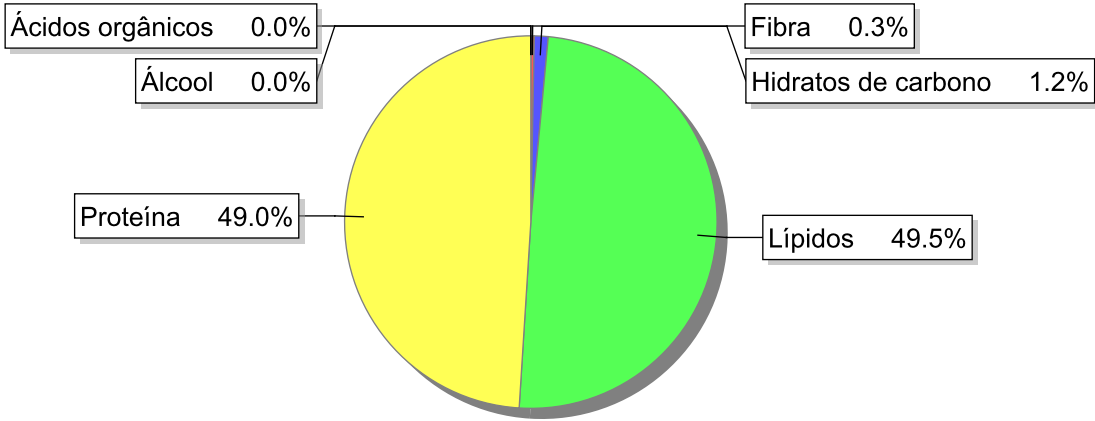
Detalhe alimento

**Nome:** Bife de vaca com ovo a cavalo com manteiga  
**Grupo:** Carne e Derivados, Criação e Caça  
**SubGrupo:** Carne  
**Parte Edível:** 100%  
**Código:** 177-115\_D  
**Código FoodEX2:** A03VV

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	199	kcal	
Energia	830	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	5.6	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	3.5	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.4	g	
Ácido linoleico	0.278	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0.5	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	0.4	g	
Sacarose	0.0	g	
Lactose	0.1	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	0.2	g	
Sal	1.1	g	
Fibra	0.3	g	
Proteína	23.9	g	
Álcool	0	g	
Água	61	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	87	mg	
<b>Vitaminas</b>			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	43	µg	
Caroteno	4	µg	
Vitamina D	0.6	µg	
a-tocoferol	0.21	mg	
Tiamina	0.12	mg	
Riboflavina	0.19	mg	
Niacina	5.2	mg	
Equivalentes de niacina	10.4	mg	
Triptofano/60	5.14	mg	
Vitamina B6	0.59	mg	
Vitamina B12	2.3	µg	
Vitamina C	0.5	mg	
Folatos	18	µg	
<b>Minerais</b>			
Cinza	2.18	g	
Sódio (Na)	430	mg	
Potássio (K)	440	mg	
Cálcio (Ca)	14	mg	
Fósforo (P)	200	mg	
Magnésio (Mg)	30	mg	
Ferro (Fe)	1.8	mg	
Zinco (Zn)	4.1	mg	

## Legenda

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

Referências