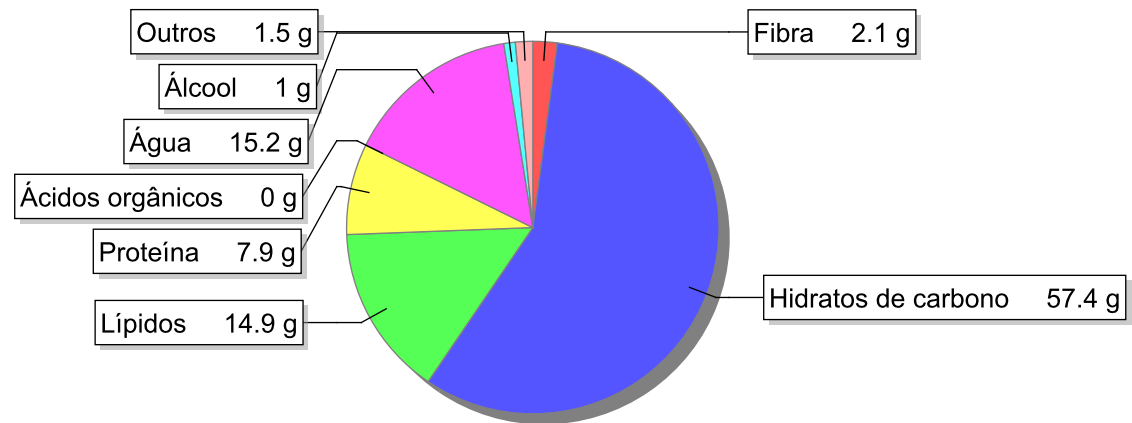


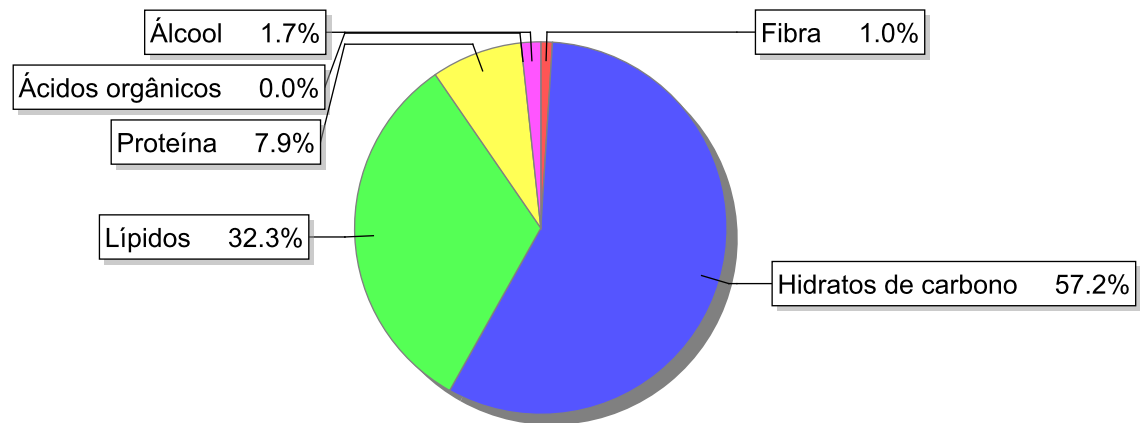
Detalhe alimento

Nome:	Bolo-Rei
Grupo:	Cereais e Derivados
SubGrupo:	Bolos e produtos de pastelaria
Parte Edível:	100%
Código:	IS479
Código FoodEX2:	A00BA

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	407	kcal	
Energia	1710	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	5.9	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	3.6	g	
Ácidos gordos polinsaturados	3.2	g	
Ácido linoleico	2.78	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0.4	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	17	g	
Sacarose	13.9	g	
Lactose	0.3	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	40.4	g	
Sal	0.8	g	
Fibra	2.1	g	
Proteína	7.9	g	
Álcool	1	g	
Água	15.2	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	81	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	91	µg	
Caroteno	12	µg	
Vitamina D	0.3	µg	
a-tocoferol	1.13	mg	
Tiamina	0.08	mg	
Riboflavina	0.1	mg	
Niacina	0.8	mg	
Equivalentes de niacina	2.55	mg	
Triptofano/60	1.73	mg	
Vitamina B6	0.14	mg	
Vitamina B12	0.14	µg	
Vitamina C	0.0	mg	
Folatos	19	µg	
Minerais			
Cinza	1.38	g	
Sódio (Na)	310	mg	
Potássio (K)	150	mg	
Cálcio (Ca)	35	mg	
Fósforo (P)	130	mg	
Magnésio (Mg)	38	mg	
Ferro (Fe)	1.3	mg	
Zinco (Zn)	1.1	mg	

Legenda

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

Referências