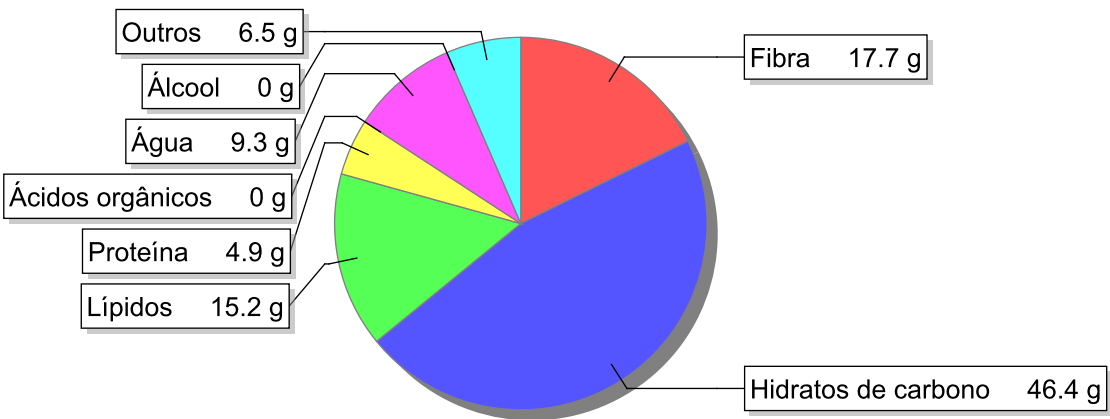


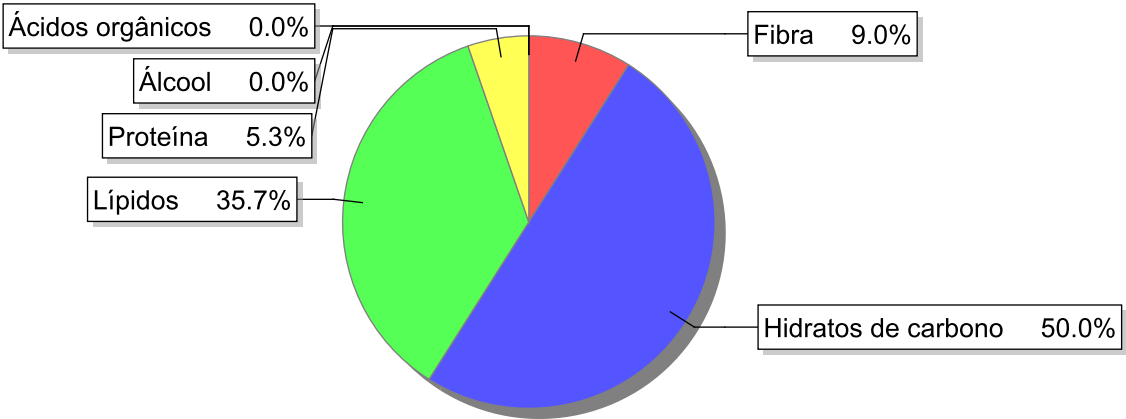
Detalhe alimento

Nome: Alecrim, seco
Grupo: Sopas, Molhos e Diversos
SubGrupo: Alimentos diversos
Parte Edível: 100%
Código:
Código FoodEX2: A017J

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	377	kcal	
Energia	1580	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	3.9	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	1	g	
Ácidos gordos polinsaturados	7.8	g	
Ácido linoleico	7.5	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	46.4	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	0	g	
Sal	0.1	g	
Fibra	17.7	g	
Proteína	4.9	g	
Álcool	0	g	
Água	9.3	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	313	µg	
Caroteno	1876	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	9.15	mg	
Tiamina	0.1	mg	
Riboflavina	0.32	mg	
Niacina	1	mg	
Equivalentes de niacina	1.2	mg	
Triptofano/60	0.2	mg	
Vitamina B6	0.38	mg	
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	0	µg	
Minerais			
Cinza	3	g	
Sódio (Na)	50	mg	
Potássio (K)	950	mg	
Cálcio (Ca)	1280	mg	
Fósforo (P)	70	mg	
Magnésio (Mg)	120	mg	
Ferro (Fe)	29	mg	
Zinco (Zn)	3.2	mg	

Legenda

Código	Nome
g	grama
kJ	kilojoule
kcal	quilocaloria
mg	miligrama
µg	micrograma
µg-BCE	beta-carotene equivalent

Referências