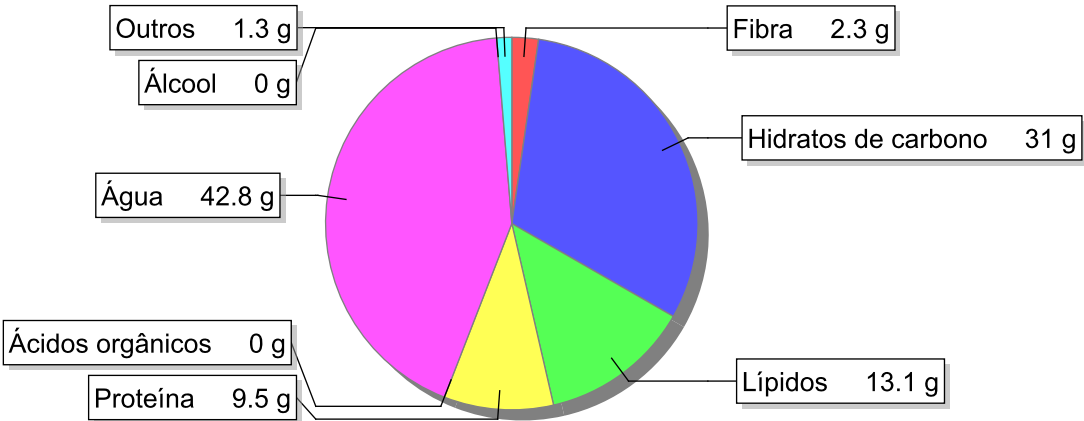


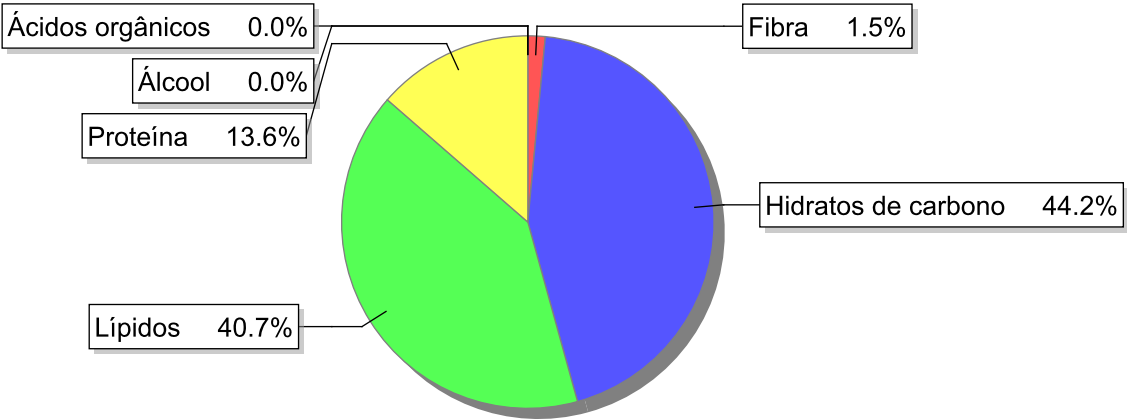
Detalhe alimento

Nome: Mousse de chocolate
Grupo: Sobremesas
SubGrupo:
Parte Edível: 100%
Código: IS501
Código FoodEX2: A04NS

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	285	kcal	
Energia	1190	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	5.7	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	4.6	g	
Ácidos gordos polinsaturados	1.5	g	
Ácido linoleico	1.41	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	30	g	
Sacarose	29.2	g	
Lactose	0.8	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	1	g	
Sal	0.2	g	
Fibra	2.3	g	
Proteína	9.5	g	
Álcool	0	g	
Água	42.8	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	256	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	122	µg	
Caroteno	12	µg	
Vitamina D	1.1	µg	
a-tocoferol	1.5	mg	
Tiamina	0.13	mg	
Riboflavina	0.34	mg	
Niacina	0.68	mg	
Equivalentes de niacina	3.33	mg	
Triptofano/60	2.67	mg	
Vitamina B6	0.23	mg	
Vitamina B12	0.63	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	35	µg	
Minerais			
Cinza	1.30	g	
Sódio (Na)	91	mg	
Potássio (K)	200	mg	
Cálcio (Ca)	41	mg	
Fósforo (P)	160	mg	
Magnésio (Mg)	38	mg	
Ferro (Fe)	2	mg	
Zinco (Zn)	1.2	mg	

Legenda

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

Referências