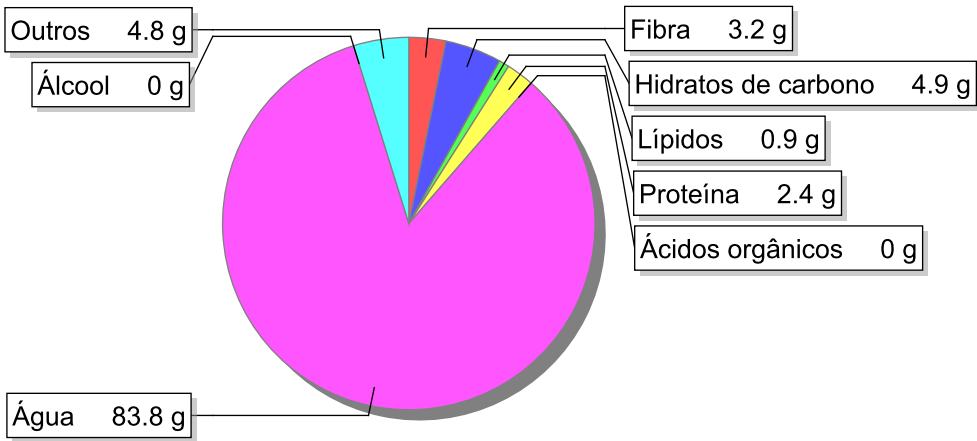


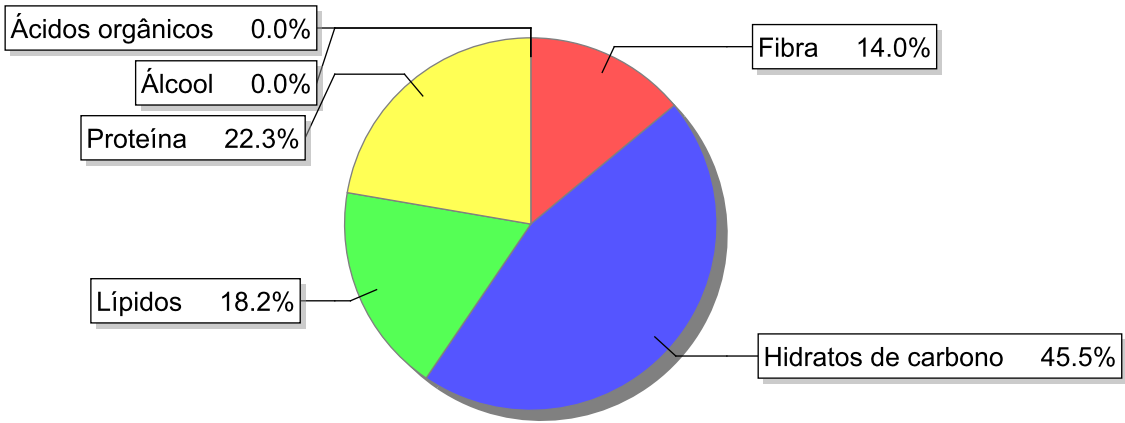
Detalhe alimento

Nome: Alcaparras (picles)
Grupo: Todos
SubGrupo:
Parte Edível: 100%
Código:
Código FoodEX2: A00ZJ

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	44	kcal	
Energia	183	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.2	g	651
Ácidos gordos monoinsaturados	0.1	g	651
Ácidos gordos polinsaturados	0.3	g	651
Ácido linoleico	0.1	g	651

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	651
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	0.4	g	651
Sacarose	0.2	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	4.5	g	651
Sal	7.4	g	
Fibra	3.2	g	651
Proteína	2.4	g	651
Álcool	0	g	651
Água	83.8	g	651
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	651
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	14	µg	651
Caroteno	83	µg	651
Vitamina D	0	µg	651
a-tocoferol	0.9	mg	651
Tiamina	0.02	mg	651
Riboflavina	0.14	mg	651
Niacina	0.7	mg	651
Equivalentes de niacina	1.2	mg	
Triptofano/60	0.5	mg	
Vitamina B6	0.02	mg	651
Vitamina B12	0	µg	651
Vitamina C	4	mg	651
Folatos	74	µg	
Minerais			
Cinza	3.08	g	
Sódio (Na)	2960	mg	651
Potássio (K)	40	mg	651
Cálcio (Ca)	40	mg	651
Fósforo (P)	10	mg	651
Magnésio (Mg)	33	mg	651
Ferro (Fe)	1.7	mg	651
Zinco (Zn)	0.3	mg	651

Legenda

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

Referências

Id_pt

Referências

651

NEVO-online, version 2014/4.0. RIVM, Bilthoven, The Netherlands, FoodExplorer