

Detalhe alimento

Nome: Batata, fécula

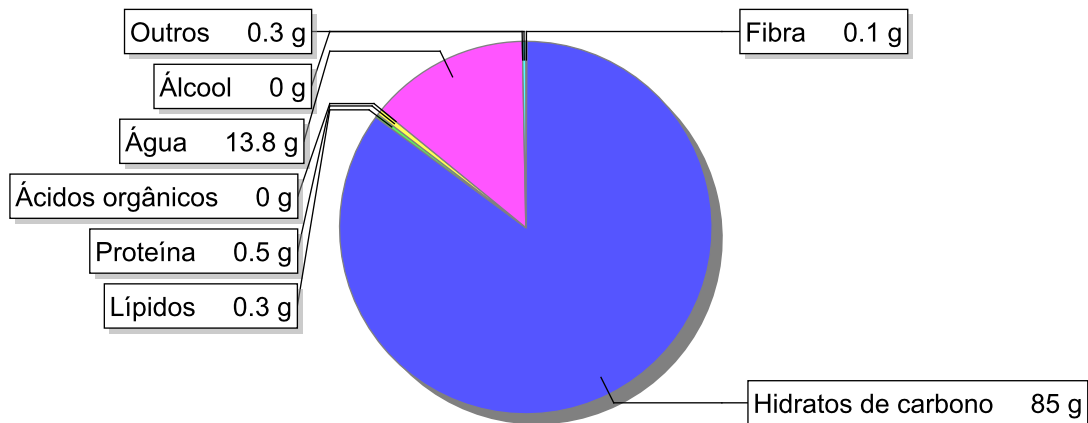
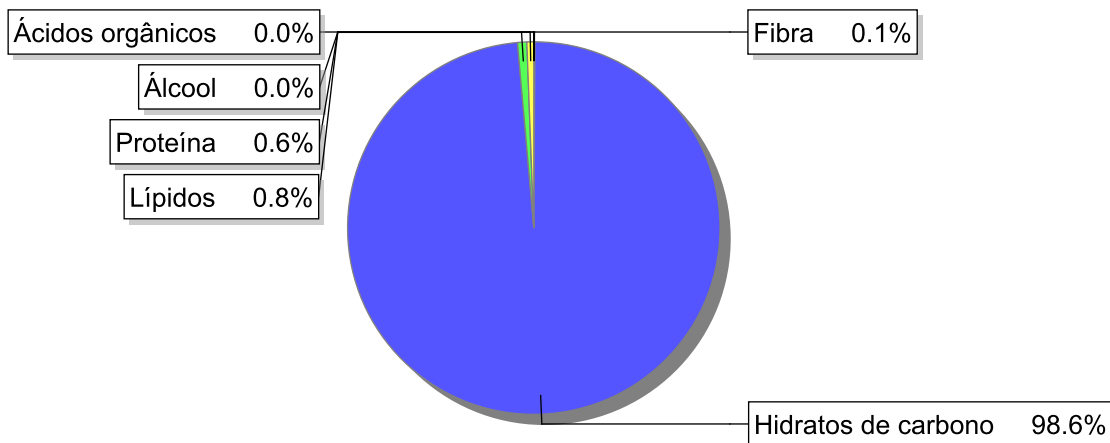
Grupo: Batatas, Produtos Hortícolas e Derivados excepto leguminosas

SubGrupo: Batatas

Parte Edível: 100%

Código: IS453

Código FoodEX2: A011F

Composição [g/100g]**Distribuição energética****Valores por 100g de parte edível**

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	345	kcal	
Energia	1470	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.2	g	
Ácido linoleico	0.1	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	3.1	g	
Sacarose	1.5	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	81.9	g	
Sal	0.0	g	
Fibra	0.1	g	
Proteína	0.5	g	57
Álcool	0	g	
Água	13.8	g	57
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	57
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	0	µg	57
Caroteno	0	µg	57
Vitamina D	0	µg	57
a-tocoferol	0	mg	
Tiamina	0.03	mg	57
Riboflavina	0.01	mg	57
Niacina	0	mg	57
Equivalentes de niacina	5.9	mg	
Triptofano/60	0.1	mg	
Vitamina B6	0.05	mg	
Vitamina B12	0	µg	57
Vitamina C	0	mg	57
Folatos	1	µg	
Minerais			
Cinza	0.30	g	
Sódio (Na)	4	mg	
Potássio (K)	35	mg	
Cálcio (Ca)	6	mg	57
Fósforo (P)	35	mg	57
Magnésio (Mg)	6	mg	
Ferro (Fe)	0.2	mg	57
Zinco (Zn)	0.2	mg	

Legenda

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

Referências

Id_pt**Referências**

57 PIABAD (1993) Programa do Instituto de Alimentação Becel para análise de dietas: programa profissional para computadores pessoais. Lisboa: IAB