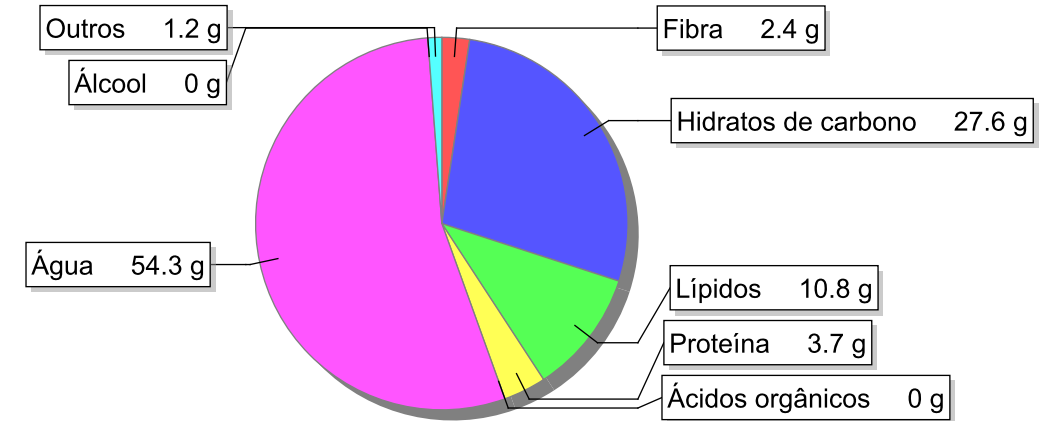


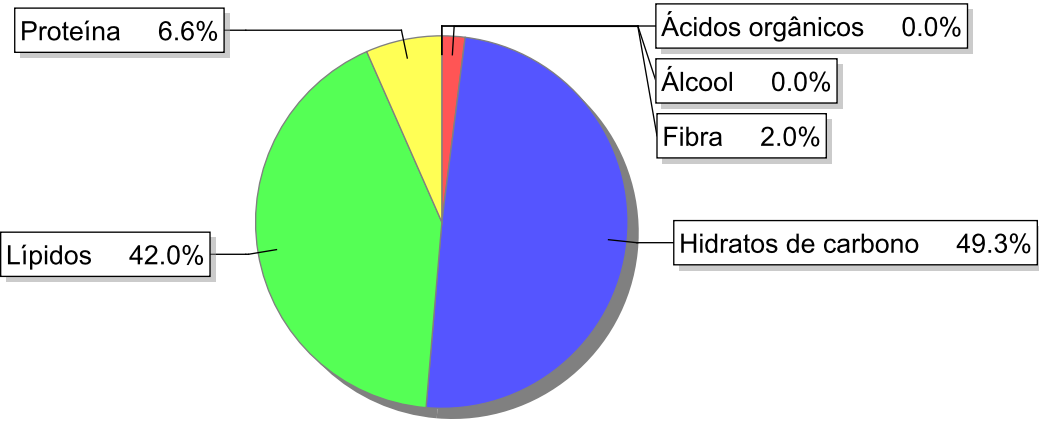
Detalhe alimento

Nome: Batata frita caseira (em palitos)
Grupo: Batatas, Produtos Hortícolas e Derivados excepto leguminosas
SubGrupo: Batatas
Parte Edível: 100%
Código: IS591
Código FoodEX2: A0BYV

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	227	kcal	
Energia	951	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	1.4	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	2.4	g	
Ácidos gordos polinsaturados	5.1	g	
Ácido linoleico	5.0	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0.1	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	1.7	g	
Sacarose	0.9	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	25.9	g	
Sal	0.0	g	
Fibra	2.4	g	
Proteína	3.7	g	
Álcool	0	g	
Água	54.3	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	0	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	0	µg	
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	3.8	mg	
Tiamina	0.22	mg	
Riboflavina	0.03	mg	
Niacina	1.8	mg	
Equivalentes de niacina	1.3	mg	
Triptofano/60	0.7	mg	
Vitamina B6	0.5	mg	
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	13	mg	
Folatos	37	µg	
Minerais			
Cinza	1.20	g	
Sódio (Na)	14	mg	
Potássio (K)	690	mg	
Cálcio (Ca)	14	mg	
Fósforo (P)	64	mg	
Magnésio (Mg)	20	mg	
Ferro (Fe)	0.3	mg	
Zinco (Zn)	0.3	mg	

Legenda

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

Referências