

Detalhe alimento

Nome: Arroz doce

Grupo: Sobremesas

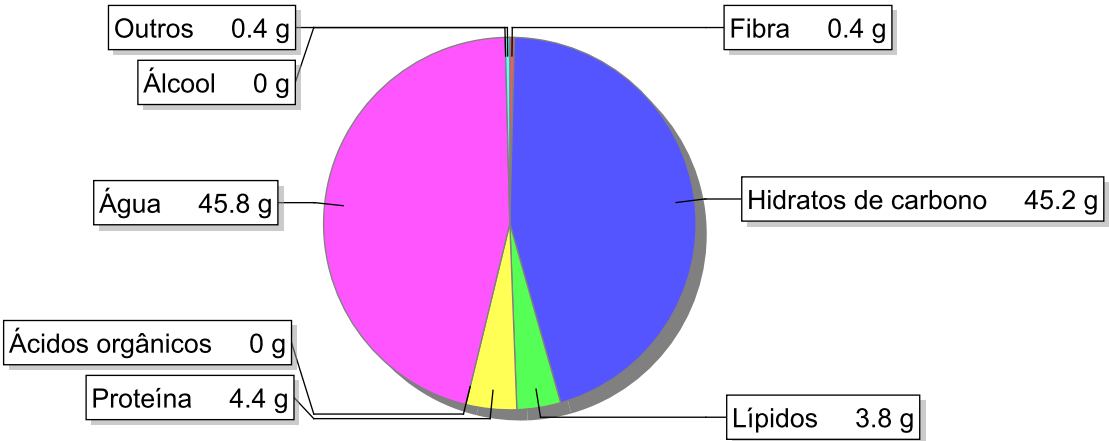
SubGrupo:

Parte Edível: 100%

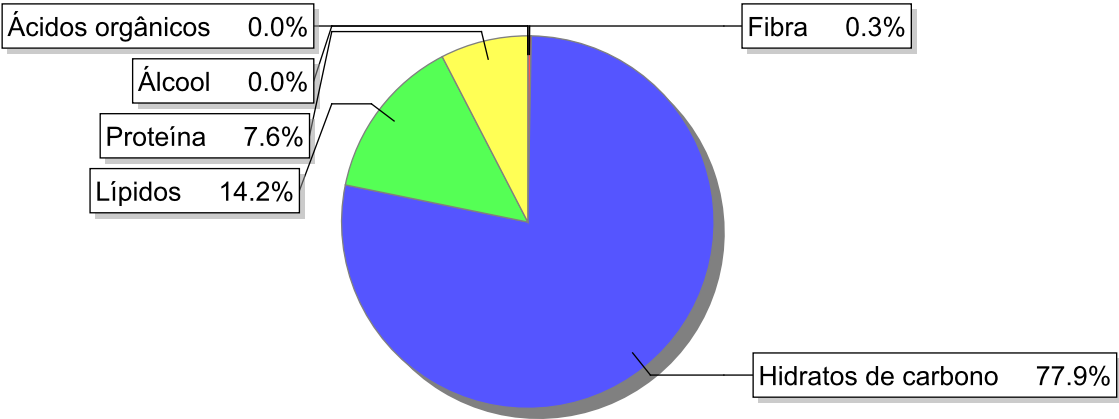
Código: IS499

Código FoodEX2: A02PV

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	233	kcal	
Energia	987	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	1.2	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	1.3	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.5	g	
Ácido linoleico	0.402	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0.1	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	29.1	g	
Sacarose	27	g	
Lactose	2.1	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	16.1	g	
Sal	0.1	g	
Fibra	0.4	g	
Proteína	4.4	g	
Álcool	0	g	
Água	45.8	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	129	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	58	µg	
Caroteno	5	µg	
Vitamina D	0.5	µg	
a-tocoferol	0.48	mg	
Tiamina	0.05	mg	
Riboflavina	0.15	mg	
Niacina	0.5	mg	
Equivalentes de niacina	1.54	mg	
Triptofano/60	1.05	mg	
Vitamina B6	0.16	mg	
Vitamina B12	0.32	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	17	µg	
Minerais			
Cinza	0.640	g	
Sódio (Na)	23	mg	
Potássio (K)	97	mg	
Cálcio (Ca)	63	mg	
Fósforo (P)	99	mg	
Magnésio (Mg)	12	mg	
Ferro (Fe)	0.7	mg	
Zinco (Zn)	0.8	mg	

Legenda

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

Referências