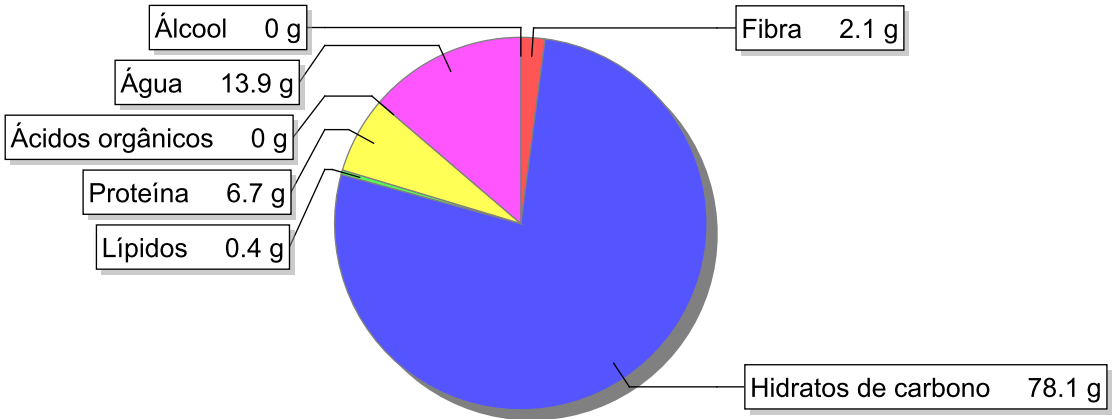


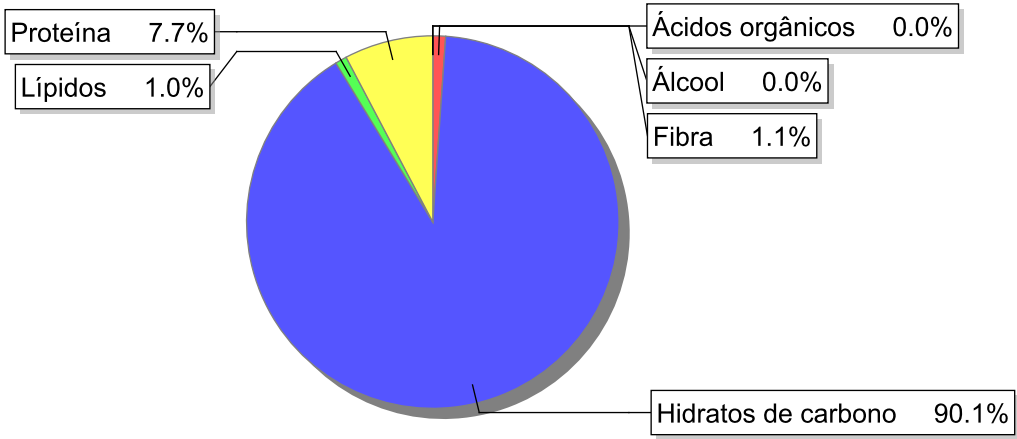
Detalhe alimento

Nome: Arroz agulha cru
Grupo: Cereais e Derivados
SubGrupo: Cereais
Parte Edível: 100%
Código: IS402
Código FoodEX2: A001D

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	347	kcal	
Energia	1470	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.1	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0.1	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.1	g	
Ácido linoleico	0.1	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	0	g	
Sacarose	0	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	78.1	g	
Sal	0.0	g	
Fibra	2.1	g	
Proteína	6.7	g	
Álcool	0	g	
Água	13.9	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	0.1	mg	
Tiamina	0.06	mg	
Riboflavina	0.03	mg	
Niacina	2	mg	
Equivalentes de niacina	3.4	mg	
Triptofano/60	1.4	mg	
Vitamina B6	0.29	mg	
Vitamina B12	0	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	19	µg	
Minerais			
Cinza	0.50	g	
Sódio (Na)	6	mg	
Potássio (K)	94	mg	
Cálcio (Ca)	13	mg	
Fósforo (P)	87	mg	
Magnésio (Mg)	32	mg	
Ferro (Fe)	0.6	mg	
Zinco (Zn)	1.3	mg	

Legenda

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

Referências