

Detalhe alimento

Nome: Camarão cozido

Grupo: Pescado (Peixe, Moluscos e Crustáceos) e Derivados

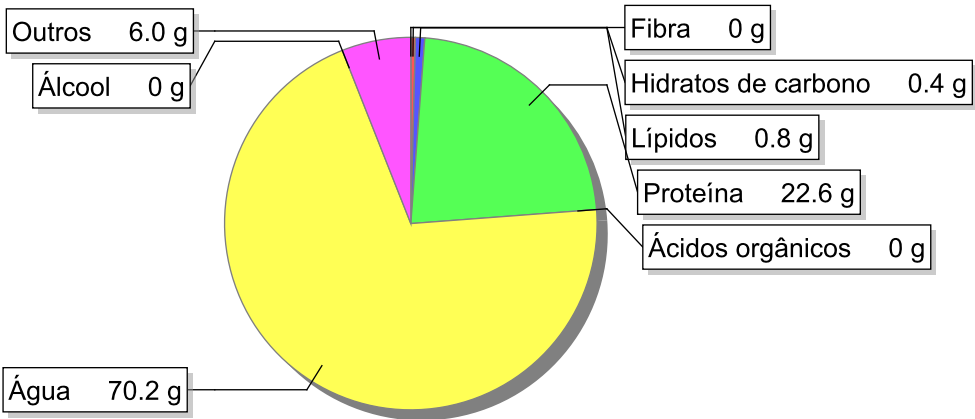
SubGrupo: Crustáceos

Parte Edível: 34%

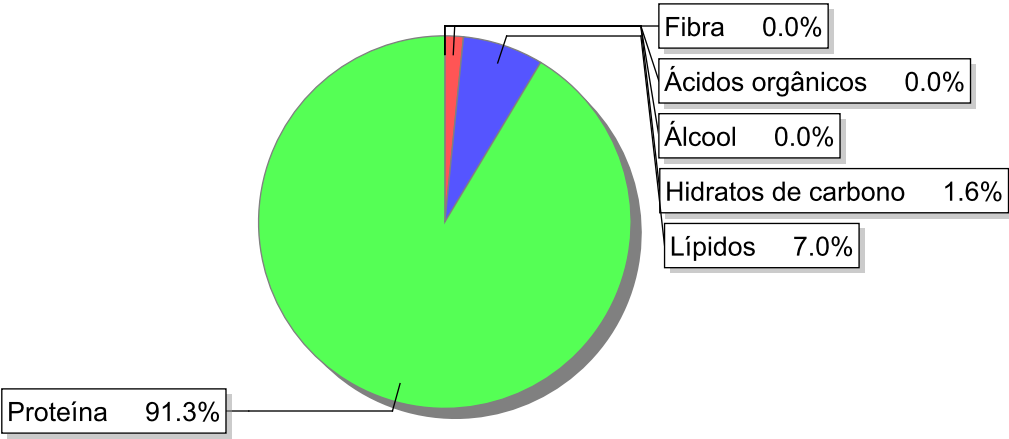
Código: IS971

Código FoodEX2: A02GB

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	99	kcal	
Energia	421	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.2	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	0.1	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.4	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	0.4	g	
Sal	4	g	
Fibra	0	g	
Proteína	22.6	g	
Álcool	0	g	
Água	70.2	g	
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	198	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	2	µg	
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	0	µg	
a-tocoferol	0.9	mg	
Tiamina	0.03	mg	
Riboflavina	0.01	mg	
Niacina	2.4	mg	
Equivalentes de niacina	7.2	mg	
Triptofano/60	4.8	mg	
Vitamina B6	0.05	mg	
Vitamina B12	2.4	µg	
Vitamina C	0	mg	
Folatos	9.8	µg	
Minerais			
Cinza	5.00	g	
Sódio (Na)	1600	mg	
Potássio (K)	230	mg	
Cálcio (Ca)	110	mg	
Fósforo (P)	190	mg	
Magnésio (Mg)	38	mg	
Ferro (Fe)	2.3	mg	
Zinco (Zn)	0.4	mg	

Legenda

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

Referências