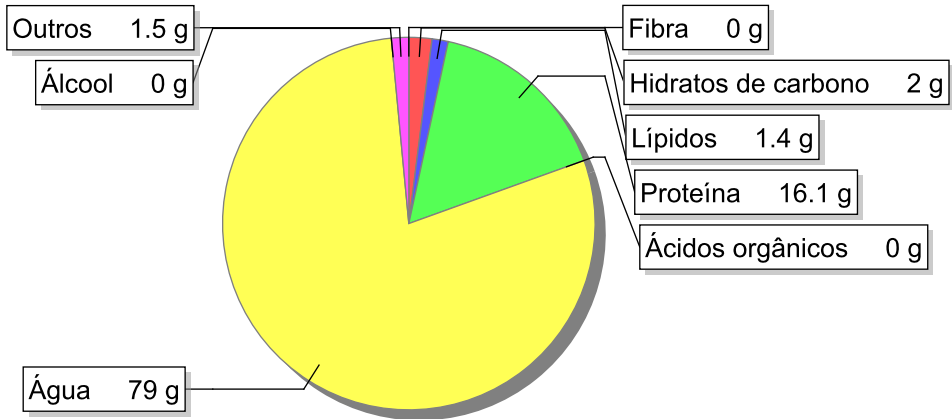


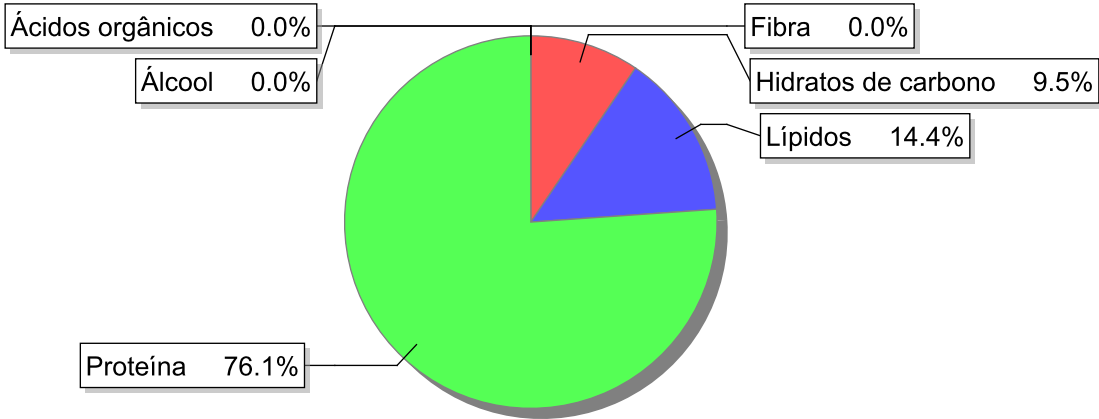
Detalhe alimento

Nome: Caracol cru
Grupo: Sopas, Molhos e Diversos
SubGrupo: Alimentos diversos
Parte Edível: 100%
Código:
Código FoodEX2: A02LK

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	85	kcal	
Energia	360	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	0.2	g	666
Ácidos gordos monoinsaturados	0.3	g	
Ácidos gordos polinsaturados	0.4	g	666
Ácido linoleico	0	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	0	g	666
Hidratos de carbono		g	
Açúcares	0	g	666
Sacarose	0	g	666
Lactose	0	g	666
Oligossacáridos	0	g	
Amido	2	g	666
Sal	0.2	g	
Fibra	0	g	666
Proteína	16.1	g	666
Álcool	0	g	666
Água	79	g	666
Ácidos orgânicos	0	g	666
Colesterol	50	mg	666
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	90	µg	666
Caroteno	0	µg	
Vitamina D	1.1	µg	666
a-tocoferol	0.8	mg	
Tiamina	0.13	mg	666
Riboflavina	0.18	mg	666
Niacina	0.9	mg	
Equivalentes de niacina	3.4	mg	
Triptofano/60	2.5	mg	
Vitamina B6	0.1	mg	666
Vitamina B12	5	µg	666
Vitamina C	15	mg	666
Folatos	20	µg	666
Minerais			
Cinza	1.3	g	666
Sódio (Na)	73	mg	666
Potássio (K)	120	mg	666
Cálcio (Ca)	170	mg	666
Fósforo (P)	200	mg	666
Magnésio (Mg)	250	mg	666
Ferro (Fe)	3.5	mg	666
Zinco (Zn)	2	mg	666

Legenda

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

Referências

Id_pt	Referências
-------	-------------

666	Fineli - Finnish Food Composition Database 2011, Release 14, FoodExplorer
-----	---