

Detalhe alimento

Nome: Leite de vaca pasteurizado gordo especial

Grupo: Leites e Produtos Lácteos

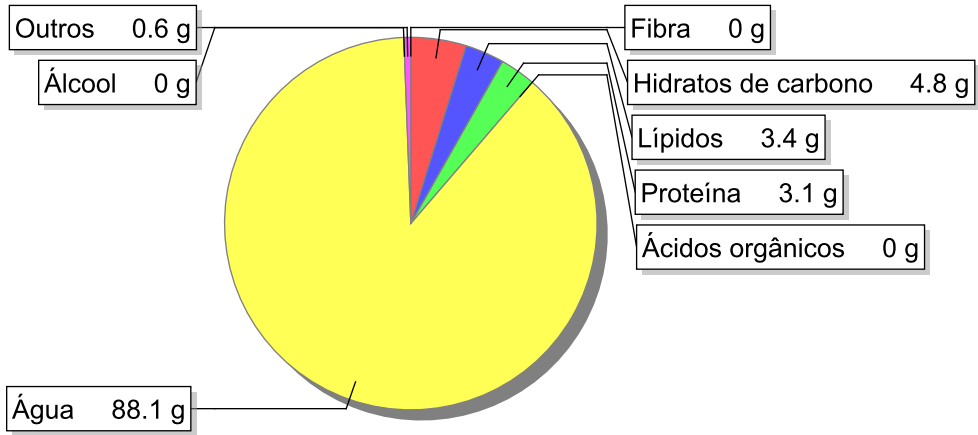
SubGrupo: Leite

Parte Edível: 100%

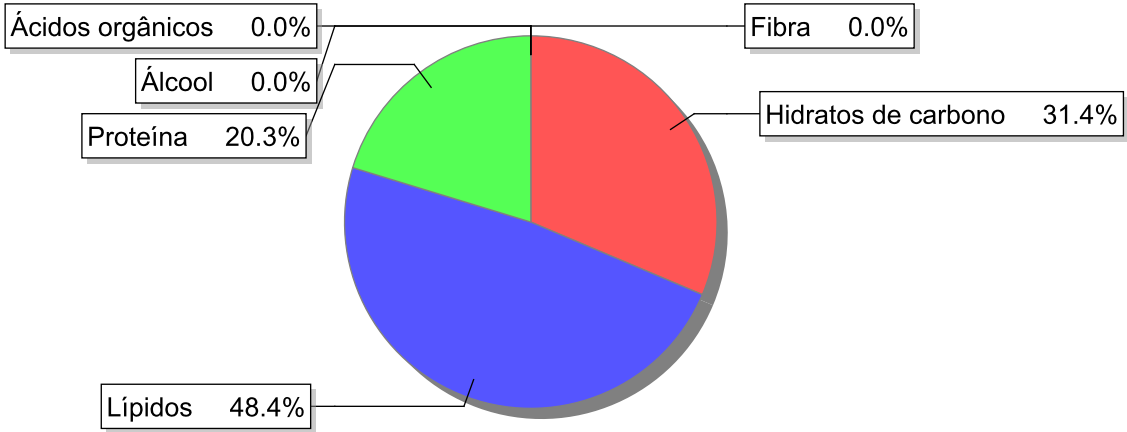
Código: IS030

Código FoodEX2:

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|-------------------------------|-------|---------|-------|
| Valor Energético | | | |
| Energia | 62 | kcal | |
| Energia | 260 | kJ | |
| Macroconstituintes | | | |
| Lípidos | | g | |
| Ácidos gordos saturados | 1.9 | g | 57 |
| Ácidos gordos monoinsaturados | 0.8 | g | 57 |
| Ácidos gordos polinsaturados | 0.1 | g | |
| Ácido linoleico | 0.1 | g | 57 |

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|---|-------|---------|-------|
| Ácidos gordos trans | 0.1 | g | |
| Hidratos de carbono | | g | |
| Total de Hidratos de Carbono expresso em monossacáridos | 5.0 | g | |
| Açúcares | 4.8 | g | 57 |
| Sacarose | 0 | g | |
| Lactose | 4.8 | g | |
| Oligossacáridos | 0 | g | |
| Amido | 0 | g | |
| Sal | 0.1 | g | |
| Fibra | 0 | g | |
| Proteína | 3.1 | g | 57 |
| Álcool | 0 | g | |
| Água | 88.1 | g | 57 |
| Ácidos orgânicos | 0 | g | |
| Colesterol | 13 | mg | 57 |
| Vitaminas | | | |
| Vitamina A total (equivalentes de retinol) | 38 | µg | |
| Caroteno | 140 | µg | |
| Vitamina D | 0.1 | µg | |
| a-tocoferol | 0.09 | mg | |
| Tiamina | 0.03 | mg | |
| Riboflavina | 0.16 | mg | |
| Niacina | 0.2 | mg | |
| Equivalentes de niacina | 0.9 | mg | |
| Triptofano/60 | 0.7 | mg | |
| Vitamina B6 | 0.06 | mg | |
| Vitamina B12 | 0.39 | µg | |
| Vitamina C | 1 | mg | |
| Folatos | 6 | µg | |
| Minerais | | | |
| Cinza | 0.72 | g | |
| Sódio (Na) | 37 | mg | 57 |
| Potássio (K) | 150 | mg | 57 |
| Cálcio (Ca) | 110 | mg | 57 |
| Fósforo (P) | 91 | mg | 57 |
| Magnésio (Mg) | 10 | mg | 57 |
| Ferro (Fe) | 0.2 | mg | 57 |
| Zinco (Zn) | 0.5 | mg | 57 |

Legenda

| Código | Nome |
|--------|--------------|
| g | grama |
| kJ | kilojoule |
| kcal | quilocaloria |
| mg | miligrama |

| Código | Nome |
|--------|------------|
| µg | micrograma |

| Referências | |
|-------------|--|
| Id_pt | Referências |
| 57 | PIABAD (1993) Programa do Instituto de Alimentação Becel para análise de dietas: programa profissional para computadores pessoais. Lisboa: IAB |