

Detalhe alimento

Nome: Leite de vaca em pó magro

Grupo: Leites e Produtos Lácteos

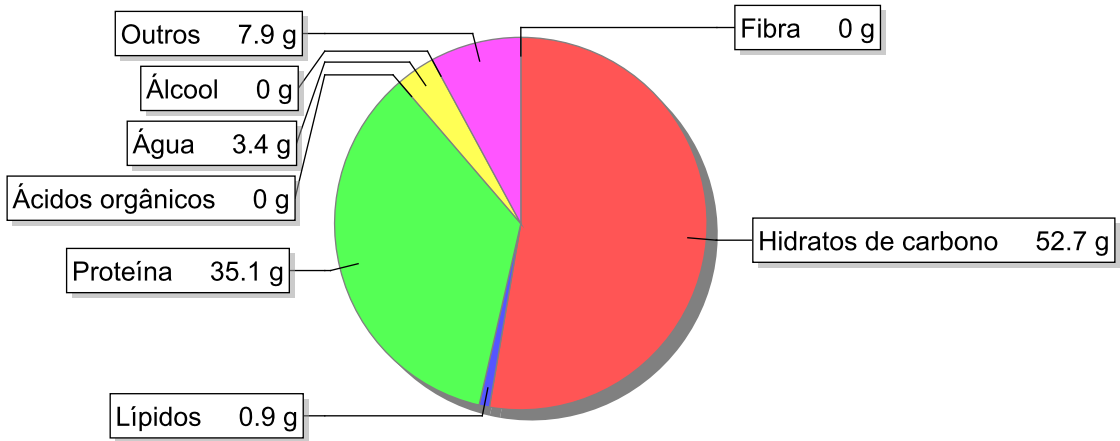
SubGrupo: Leite

Parte Edível: 100%

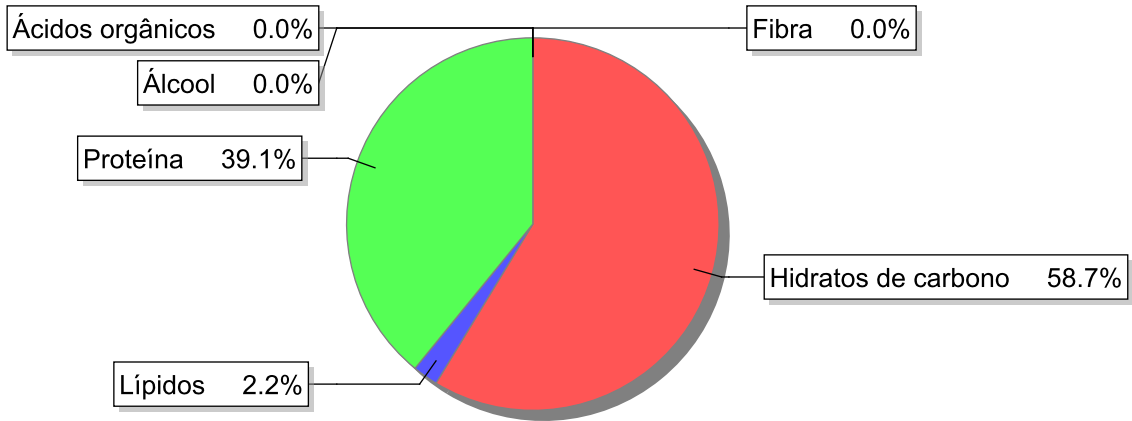
Código: IS033

Código FoodEX2:

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|-------------------------------|-------|---------|-------|
| Valor Energético | | | |
| Energia | 359 | kcal | |
| Energia | 1530 | kJ | |
| Macroconstituintes | | | |
| Lípidos | | g | |
| Ácidos gordos saturados | 0.5 | g | 57 |
| Ácidos gordos monoinsaturados | 0.2 | g | 57 |
| Ácidos gordos polinsaturados | 0 | g | 57 |
| Ácido linoleico | 0 | g | 57 |

| Nome | Valor | Unidade | Fonte |
|---|-------|---------|-------|
| Ácidos gordos trans | 0 | g | |
| Hidratos de carbono | | g | |
| Total de Hidratos de Carbono expresso em monossacáridos | 55.3 | g | |
| Açúcares | 52.7 | g | 57 |
| Sacarose | 0 | g | |
| Lactose | 52.7 | g | |
| Oligossacáridos | 0 | g | |
| Amido | 0 | g | |
| Sal | 1.3 | g | |
| Fibra | 0 | g | |
| Proteína | 35.1 | g | 57 |
| Álcool | 0 | g | |
| Água | 3.4 | g | 57 |
| Ácidos orgânicos | 0 | g | |
| Colesterol | 23 | mg | |
| Vitaminas | | | |
| Vitamina A total (equivalentes de retinol) | 0 | µg | |
| Caroteno | 0 | µg | |
| Vitamina D | 0 | µg | |
| a-tocoferol | 0.01 | mg | |
| Tiamina | 0.32 | mg | |
| Riboflavina | 1.8 | mg | |
| Niacina | 2.1 | mg | |
| Equivalentes de niacina | 10 | mg | |
| Triptofano/60 | 8.2 | mg | |
| Vitamina B6 | 0.58 | mg | |
| Vitamina B12 | 3 | µg | |
| Vitamina C | 9 | mg | |
| Folatos | 50 | µg | |
| Minerais | | | |
| Cinza | 8.05 | g | |
| Sódio (Na) | 520 | mg | 9 |
| Potássio (K) | 1690 | mg | 9 |
| Cálcio (Ca) | 1270 | mg | 9 |
| Fósforo (P) | 1030 | mg | 9 |
| Magnésio (Mg) | 140 | mg | 9 |
| Ferro (Fe) | 0.6 | mg | 9 |
| Zinco (Zn) | 4.1 | mg | 9 |

Legenda

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

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

Referências

| Id_pt | Referências |
|-------|--|
| 9 | Paul, AA; Southgate, DAT; Russell, J (1980) - Amino Acids, mg per 100 g Food. Fatty Acids, g per 100g Food. First Supplement to McCance and Widdowson's The Composition of Foods. Ministry of Agriculture, Fisheries and Food. Her Majesty's Stationary Office |
| 57 | PIABAD (1993) Programa do Instituto de Alimentação Becel para análise de dietas: programa profissional para computadores pessoais. Lisboa: IAB |