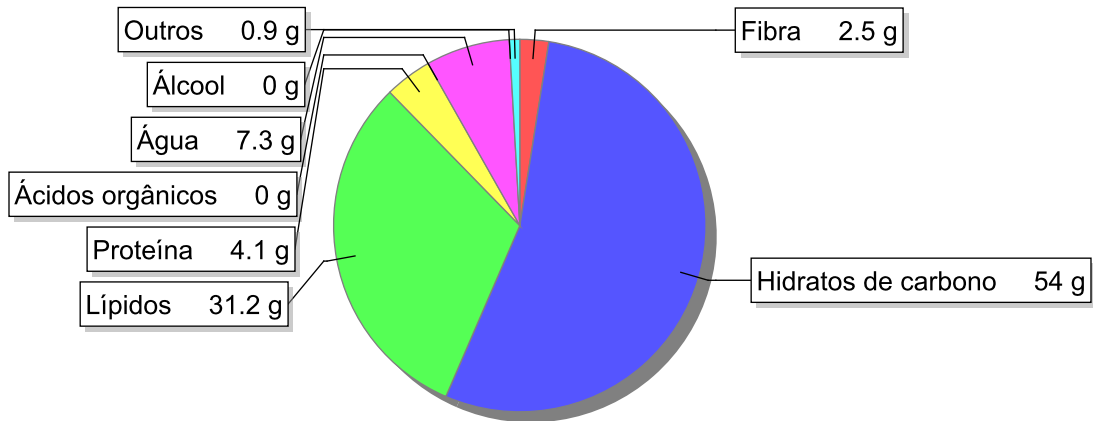


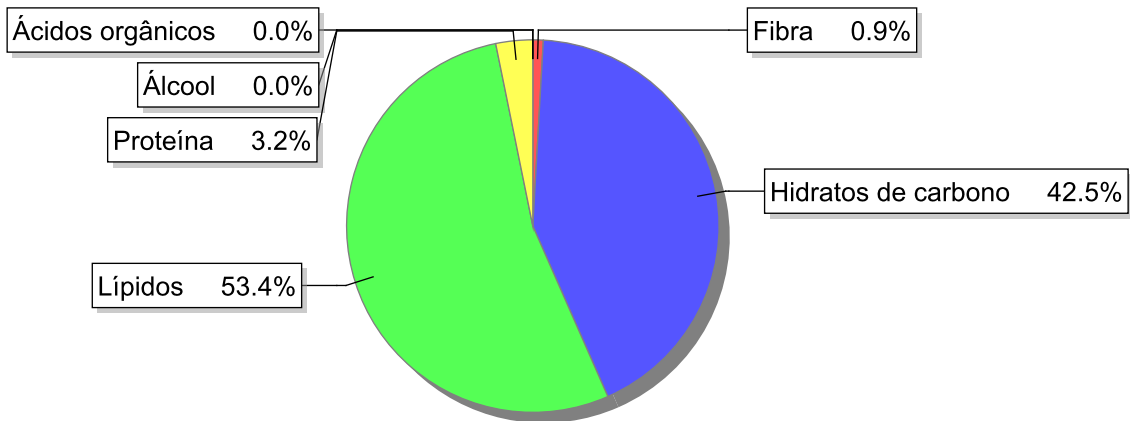
Detalhe alimento

Nome:	Jesuíta
Grupo:	Cereais e Derivados
SubGrupo:	Bolos e produtos de pastelaria
Parte Edível:	100%
Código:	IS484
Código FoodEX2:	A00CC

Composição [g/100g]



Distribuição energética



Valores por 100g de parte edível

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Valor Energético			
Energia	518	kcal	
Energia	2160	kJ	
Macroconstituintes			
Lípidos		g	
Ácidos gordos saturados	11.4	g	
Ácidos gordos monoinsaturados	9.5	g	
Ácidos gordos polinsaturados	4.8	g	
Ácido linoleico	4.5	g	

Nome	Valor	Unidade	Fonte
Ácidos gordos trans	1.3	g	
Hidratos de carbono		g	
Total de Hidratos de Carbono expresso em monossacáridos	58.0	g	
Açúcares	26.1	g	
Sacarose	24.8	g	
Lactose	0	g	
Oligossacáridos	0	g	
Amido	27.9	g	
Sal	0.9	g	
Fibra	2.5	g	
Proteína	4.1	g	57
Álcool	0	g	
Água	7.3	g	57
Ácidos orgânicos	0	g	
Colesterol	78	mg	
Vitaminas			
Vitamina A total (equivalentes de retinol)	150	µg	
Caroteno	0	µg	57
Vitamina D	1.3	µg	
a-tocoferol	1.6	mg	
Tiamina	0.1	mg	57
Riboflavina	0.05	mg	57
Niacina	0.6	mg	57
Equivalentes de niacina	1.4	mg	
Triptofano/60	0.8	mg	
Vitamina B6	0.05	mg	
Vitamina B12	0.01	µg	
Vitamina C	0	mg	57
Folatos	5	µg	
Minerais			
Cinza	0.90	g	
Sódio (Na)	350	mg	
Potássio (K)	67	mg	
Cálcio (Ca)	21	mg	57
Fósforo (P)	45	mg	57
Magnésio (Mg)	11	mg	
Ferro (Fe)	0.9	mg	57
Zinco (Zn)	0.3	mg	

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