

BURRO DI NOCCIOLA			
INGREDIENTI: NOCCIOLE, OLIO D'OLIVA, SALE ROSA DELL'HIMALAYA VALORI NUTRIZIONALI			
	U.M.	Quantità	% RDA
Acqua	g	5.42	
Proteine totali	g	12.35	
Proteine animali	g	0.00	
Proteine vegetali	g	12.35	
Lipidi totali	g	63.76	
Lipidi animali	g	0.00	
Lipidi vegetali	g	63.76	
Lipidi saturi totali	g	4.52	
Acido oleico	g	38.80	
Monoinsaturi totali	g	38.98	
Acido linoleico	g	5.05	
Acido linolenico	g	5.05	
Altri polinsaturi	g	0.00	
Polinsaturi totali	g	10.11	
Colesterolo	mg	0.00	
Glucidi disponibili	g	1.71	
Amido	g	0.00	
Glucidi solubili	g	1.71	
Fibra alimentare	g	6.37	
Alcool	g	0.00	
Calorie	kcal	629.75	
Ferro	mg	3.14	
Calcio	mg	142.60	17.82
Sodio	mg	403.45	
Potassio	mg	443.59	14.31
Fosforo	mg	305.91	38.24
Zinco	mg	1.52	15.21
Tiamina (Vit.B1)	mg	0.48	34.36
Riboflavina	mg	0.10	5.94
Niacina (Vit. PP)	mg	2.66	14.59
Vitamina C	mg	3.80	6.33
Vitamina B6	mg	0.00	0.00
Acido folico	mg	68.40	34.20
Retinolo (equivalente)	mcg	28.50	24.43
Retinolo	mcg	0.00	
Carotene	mcg	171.00	
Vitamina E	mg	23.93	239.35
Vitamina D	mcg	0.00	0.00