

QUARTO ANTERIORE BOVINO ADULTO

Spalla - Bollito



Composizione per 100g di parte edibile

Macro		Minerali	
Acqua (g)	61	Calcio (mg)	6.1
Proteine (g)	35.6	Fosforo (mg)	168
Lipidi (g)	2.4	Magnesio (mg)	23
Carboidrati (g)	-	Potassio (mg)	249
Energia (kcal)	164	Sodio (mg)	42.5
Energia (kJ)	686	Ferro (mg)	3.5
		Zinco (mg)	10
		Rame (mg)	0.01
		Manganese (mg)	0.01
Vitamine		Acidi grassi	
Tiamina (mg)	0.11	Saturi totali (g)	0.80
Riboflavina (mg)	0.98	Monoinsaturi totali (g)	1.05
Niacina (mg)	2.74	Polinsaturi totali (g)	0.30
B6 (mg)	0.46		
		Colesterolo (mg)	48.5

Composizione in acidi grassi per 100g di parte edibile

Saturi totali	Monoinsaturi totali	Polinsaturi totali
C4:0÷C10:0	C16:1 0.081	C18:2 0.207
C12:0	C17:1 0.021	C18:3 0.025
C14:0 0.042	C18:1 0.949	C20:2
C16:0 0.486	C20:1	C20:3
C17:0 0.013		C20:4 0.068
C18:0 0.260		
C20:0		