

QUARTO ANTERIORE BOVINO ADULTO



**Spalla - Taglio crudo**

**Composizione per 100g di parte edibile**

Macro		Minerali	
Acqua (g)	<b>74</b>	Calcio (mg)	<b>4.5</b>
Proteine (g)	<b>22.5</b>	Fosforo (mg)	<b>162</b>
Lipidi (g)	<b>2.28</b>	Magnesio (mg)	<b>17.6</b>
Carboidrati (g)	-	Potassio (mg)	<b>279</b>
Energia (kcal)	<b>111</b>	Sodio (mg)	<b>57.5</b>
Energia (kJ)	<b>464</b>	Ferro (mg)	<b>2.19</b>
		Zinco (mg)	<b>5.04</b>
		Rame (mg)	<b>0.05</b>
		Manganese (mg)	<b>0.01</b>
Vitamine		Acidi grassi	
Tiamina (mg)	<b>0.09</b>	Saturi totali (g)	<b>0.83</b>
Riboflavina (mg)	<b>0.10</b>	Monoinsaturi totali (g)	<b>1.02</b>
Niacina (mg)	<b>1.01</b>	Polinsaturi totali (g)	<b>0.23</b>
B6 (mg)	<b>0.40</b>		
		Colesterolo (mg)	<b>64</b>

**Composizione in acidi grassi per 100g di parte edibile**

Saturi totali	Monoinsaturi totali	Polinsaturi totali
C4:0÷C10:0	C16:1	C18:2 <b>0.165</b>
C12:0	C17:1 <b>0.02</b>	C18:3 <b>0.017</b>
C14:0 <b>0.038</b>	C18:1 <b>0.94</b>	C20:2
C16:0 <b>0.49</b>	C20:1	C20:3
C17:0 <b>0.016</b>		C20:4 <b>0.052</b>
C18:0 <b>0.275</b>		
C20:0		