

QUARTO ANTERIORE BOVINO ADULTO

Girello - Taglio crudo



Composizione per 100g di parte edibile

Macro		Minerali	
Acqua (g)	76	Calcio (mg)	3.87
Proteine (g)	21.5	Fosforo (mg)	171
Lipidi (g)	0.88	Magnesio (mg)	20.5
Carboidrati (g)	-	Potassio (mg)	458
Energia (kcal)	94	Sodio (mg)	48.9
Energia (kJ)	393	Ferro (mg)	1.39
		Zinco (mg)	3.6
		Rame (mg)	0.03
		Manganese (mg)	0.01
Vitamine		Acidi grassi	
Tiamina (mg)	0.08	Saturi totali (g)	0.32
Riboflavina (mg)	0.45	Monoinsaturi totali (g)	0.32
Niacina (mg)	3.78	Polinsaturi totali (g)	0.15
B6 (mg)	0.17		
		Colesterolo (mg)	49.6

Composizione in acidi grassi per 100g di parte edibile

Saturi totali		Monoinsaturi totali		Polinsaturi totali	
C4:0÷C10:0	0.001	C16:1	0.027	C18:2	0.119
C12:0	0.002	C17:1	0.005	C18:3	0.005
C14:0	0.017	C18:1	0.286	C20:2	
C16:0	0.197	C20:1		C20:3	
C17:0	0.005			C20:4	0.028
C18:0	0.098				
C20:0					