

BRESAOLA DELLA VALTELLINA IGP

VALORI NUTRIZIONALI | PARTE EDIBILE (%): 100

ACQUA (g): 59,3

PROTEINE (g): 33,1

LIPIDI (g): 2,0

ACIDI GRASSI:

saturi totali (g): 0,72

monoinsaturi tot. (g): 0,69

polisaturi totali (g): 0,40

COLESTEROLO (mg): 63

CARBOIDRATI (g): 0,4

ENERGIA (kcal): 151

ENERGIA (kj): 634

MINERALI

Calcio (mg): 6

Fosforo (mg): 269

Magnesio (mg): 26

Potassio (mg): 630

Sodio (mg): 1600

Ferro (mg): 2,6

Zinco (mg): 4,5

Rame (mg): 0,07

Manganese (mg): 0,02

Selenio (µg): 7

VITAMINE

Tiamina (mg): 0,41

Riboflavina (mg): 0,13

Niacina (mg): 2,74

B6 (mg): 0,52

B12 (µg): 0,77

Vitamina E (mg): 0,14