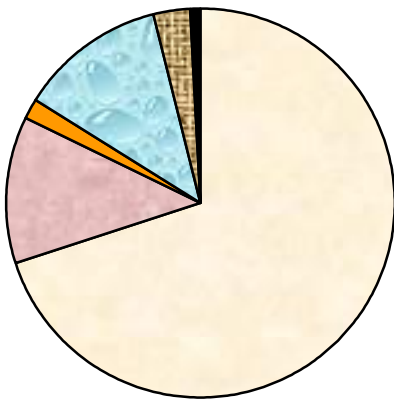


Farina Sette Effe biologica Mulino Marino

COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO per 100g di parte edibile

Costituenti	Valore per 100g
Parte edibile (%):	100
Acqua (g):	13,76
Proteine (g):	12,50
Lipidi(g):	0,97
Colesterolo (mg):	0
Carboidrati (g):	67,80
Amido (g):	63,16
Zuccheri solubili (g):	1,61
Ceneri	1,17
Fibra totale (g):	3,80
Fibra solubile (g):	1,51
Fibra insolubile (g):	2,29
Energia (kcal):	338
Energia (kJ):	1431

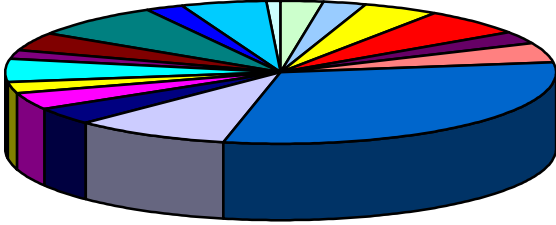


- Carboidrati
- Proteine
- Grassi
- Acqua
- Fibre
- Ceneri

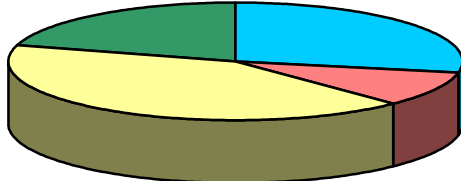
ELEMENTI E VITAMINE per 100g di parte edibile

Costituenti	Valore per 100g	RDA: Recommended Daily Allowance o dose giornaliera consigliata indica la quantità di vitamine e sali minerali che una persona dovrebbe assumere per soddisfare il fabbisogno minimo giornaliero	
		Consumi di riferimento all XIII parte A Reg. UE 1169/2011	% Riferita a 100g di prodotto
Sodio (mg):	28	/	/
Potassio (mg):	451	2000 mg	22,6
Ferro (mg):	3,09	14 mg	22,1
Calcio (mg):	36	800 mg	4,5
Fosforo (mg):	382	700 mg	54,6
Magnesio (mg):	81	375 mg	21,6
Manganese (mg):	2,92	2 mg	Oltre 100%
Zinco (mg):	2,68	10 mg	26,8
Rame (mg):	0,33	1 mg	33,0
Selenio (µg):	0,71	55 mcg	1,3
Vit. B1 - Tiamina (mg):	0,81	1,1 mg	73,6
Vit.B2 - Riboflavina (mg):	0,45	1,4 mg	32,1
Vit. PP o B3 Niacina (mg)	4,38	16 mg	27,4
Vit.B5 Ac.Pantotenico mg	0,77	6 mg	12,8
Vit. B6 - piridossina	0	1,4 mg	0
Vit. B9 – ac.folico (µg):	0	200 µg	0
Vit. B12 cobalamina.(µg):	2,59	2,5 µg	Oltre 100%
Vit. K. Fillochinone (µg):	0	75 mcg	0
Vit.J – Colina (µg):	7,5	/	/
Vit. A retinolo eq.(µg)	0	800 µg	0
Vitamina C (mg):	0,22	80 mg	0,3
Vitamina E (mg):	1,1	12 mg	9,2

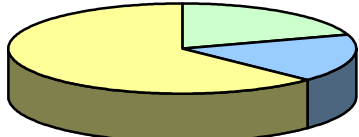
COMPOSIZIONE IN AMINOACIDI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE PROTEICA
Proteine(%):	12,50	 <ul style="list-style-type: none"> ■ lisina ■ istidina ■ arginina ■ ac.aspartico ■ treonina ■ serina ■ ac.glutamico ■ prolina ■ glicina ■ alanina ■ cistina ■ valina ■ metionina ■ isoleucina ■ leucina ■ tirosina ■ fenilalanina ■ triptofano
Lisina:	0,292	
Istidina:	0,280	
Arginina:	0,475	
Acido aspartico:	0,493	
Treonina:	0,386	
Serina:	0,633	
Acido glutamico:	4,167	
Prolina:	1,344	
Glicina:	0,426	
Alanina:	0,369	
Cistina:	0,357	
Valina:	0,540	
Metionina:	0,225	
Isoleucina:	0,441	
Leucina:	0,848	
Tirosina:	0,402	
Fenilalanina:	0,680	
Triptofano:	0,142	

COMPOSIZIONE IN ZUCCHERI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE IN ZUCCHERI
Zuccheri(%):	1,61	 <ul style="list-style-type: none"> ■ destrosio/glucosio ■ fruttosio ■ lattosio ■ maltosio ■ saccarosio
Arabinosio	0	
Destrosio/Glucosio	0,45	
Fruttosio	0,16	
Galattosio	0	
Lattosio	0	
Maltosio	0,67	
Mannosio	0	
Ramnosio	0	
Ribosio	0	
Saccarosio	0,33	
Xilosio	0	

COMPOSIZIONE IN ACIDI GRASSI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE GRASSA
Lipidi totali(%):	0,97	 <ul style="list-style-type: none"> ■ saturi ■ monoinsaturi ■ polinsaturi ■ trans
Saturi totali (%):	0,193	
Monoinsaturi totali (%):	0,169	
Polinsaturi totali (%):	0,608	
Rapporto Polinsaturi/Saturi:	3	
Grassi trans (%):	0	

ALTRI COMPONENTI per 100g di parte edibile

Alcol (g):	0	Nota: Adatto per l'alimentazione dei bambini , alimentazione Halal, alimentazione per vegetariani e vegani.
Caffeina (g):	0	
Teobromina (mg):	0	
Folati.(µg):	51	