

Farina SETACCIO grano tenero integrale BIO Mulino Marino

COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO per 100g di parte edibile

Costituenti	Valore per 100g	EMBED MSGraph.Chart. 8 \s
Parte edibile (%):100		
Acqua (g):12,88		
Proteine (g):12,89		
Lipidi(g):1,79		
Colesterolo (mg):0		
Carboidrati (g):64,01		
Amido (g):61,14		
Zuccheri solubili (g):2,87		
Ceneri1,26		
Fibra totale (g):7,17		
Fibra solubile (g):0,90		
Fibra insolubile (g):6,25		

Energia (kcal):338

Energia (kJ):1431

ELEMENTI E VITAMINE per 100g di parte edibile

Costituenti	Valore per 100g	RDA: Recommended Daily Allowance o dose giornaliera consigliata indica la quantità di
<small>HYPERLINK "http://it.wikipedia.org/wiki/Vitamina" lo "Vitamina" vitamine e HYPERLINK "http://it.wikipedia.org/wiki/Sali_minerali" lo "Sali minerali" sali minerali che una persona dovrebbe assumere per soddisfare il HYPERLINK "http://it.wikipedia.org/wiki/Fabbisogno_sostanziale_umano" lo "Fabbisogno sostanziale umano" fabbisogno minimo giornaliero</small>		
Consumi di riferimento all XIII parte A Reg. UE 1169/2011		
% Riferita a 100g di prodotto		
Sodio (mg):	28	//
Potassio (mg):	402	2000 mg20,1
Ferro (mg):	4,77	14 mg34,1
Calcio (mg):	378	00 mg4,6
Fosforo (mg):	412	700 mg58,9
Magnesio (mg):	88	375 mg23,5
Manganese (mg):	3,5	12 mgOltre 100%
Zinco (mg):	3,39	10 mg33,9
Rame (mg):	0,18	1 mg18,0
Selenio (µg):	30,155	mcg54,7
Vit. B1 - Tiamina (mg):	0,84	1,1 mg76,4
Vit. B2 - Riboflavina (mg):	0,09	1,4 mg6,4
Vit. PP o B3 Niacina (mg):	4,62	16 mg28,9
Vit. B5 Ac. Pantotenico (mg):	0,936	mg15,5
Vit. B6 - piridossina (mg):	0,29	1,4 mg20,7
Vit. B9 – ac. folico (µg):	0,2	00 µg0
Vit. B12 cobalamina (µg):	0,2	5 µg0
Vit. K. Fillochinone (µg):	1,94	75 mcg2,6
Vit. J – Colina (µg):	21,9	//
Vit. A retinolo eq. (µg):	0,8	00 µg0
Vitamina C (mg):	0,8	0 mg0
Vitamina E (mg):	0,19	12 mg1,6

COMPOSIZIONE IN AMINOACIDI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE PROTEICA
Proteine(%): 12,89		
Lisina:	0,402	EMBED MSGraph.Chart.8 ls
Istidina:	0,311	
Arginina:	0,626	
Acido aspartico:	0,816	
Treonina:	0,395	
Serina:	0,572	
Acido glutamico:	3,643	
Prolina:	1,215	
Glicina:	0,532	
Alanina:	0,450	
Cistina:	0,328	
Valina:	0,703	
Metionina:	0,229	
Isoleucina:	0,519	
Leucina:	1,002	
Tirosina:	0,328	
Fenilalanina:	0,665	
Triptofano:	0,154	

Aminoacidi essenziali nell'alimentazione umana

COMPOSIZIONE IN ZUCCHERI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE IN ZUCCHERI
Zuccheri(%): 2.87		
Arabinosio	0	EMBED MSGraph.Chart.8 ls
Destrosio/Glucosio	0,19	
Fruttosio	0,15	
Galattosio	0	
Lattosio	0	
Maltosio	2,12	
Mannosio	0	
Ramnosio	0	
Ribosio	0	

Saccarosio	0,41
Xilosio	0

COMPOSIZIONE IN ACIDI GRASSI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE GRASSA
Lipidi totali(%)	1,79	
Saturi totali (%)	0,328	
EMBED MSGraph.Chart.8 vs		

Monoinsaturi totali (%):0,396

Polinsaturi totali (%):1,066

Rapporto Polinsaturi/Saturi:3,3

Grassi trans (%):0

ALTRI COMPONENTI per 100g di parte edibile

Alcol (g):0Nota:

Adatto per l'alimentazione dei bambini , alimentazione Halal, alimentazione per vegetariani e vegani.Caffeina (g):

Teobromina (mg):

Folati.(µg):51