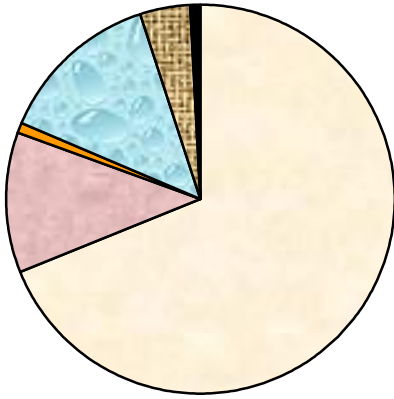


## Semola di Grano Duro biologica Mulino Marino

 prodotto italiano

### COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO per 100g di parte edibile

Costituenti	Valore per 100g
Parte edibile (%):	100
Acqua (g):	13,5*
Proteine (g):	11,52**
Lipidi(g):	0,9
Colesterolo (mg):	0
Carboidrati (g):	68,9
Amido (g):	64,2
Zuccheri solubili (g):	1,7
Ceneri	0,88***
Fibra totale (g):	4,20
Fibra solubile (g):	1,79
Fibra insolubile (g):	2,41
Energia (kcal):	338
Energia (kJ):	1434



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

\* Classificazione e caratteristiche legali degli sfarinati di grano tenero e duro (D.P.R. 187/01) umidità massima 14,5%

\*\* Classificazione e caratteristiche legali degli sfarinati di grano tenero e duro (D.P.R. 187/01) proteine minimo 10,5

\*\*\* Classificazione e caratteristiche legali degli sfarinati di grano tenero e duro (D.P.R. 187/01) ceneri massimo 0,90%

### 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):	13	/	/
Potassio (mg):	176	2000 mg	8,8
Ferro (mg):	1,8	14 mg	12,9
Calcio (mg):	21	800 mg	2,6
Fosforo (mg):	185	700 mg	26,4
Magnesio (mg):	39	375 mg	10,4
Manganese (mg):	0,82	2 mg	41
Zinco (mg):	0,97	10 mg	9,7
Rame (mg):	0,16	1 mg	16
Selenio (µg):	2,18	55 mcg	4
Vit. B1 - Tiamina (mg):	0,25	1,1 mg	22,7
Vit. B2 - Riboflavina (mg):	0,09	1,4 mg	6,4
Vit. PP o B3 Niacina (mg)	2,87	16 mg	18
Vit. B5 Ac. Pantotenico mg	0,59	6 mg	9,8
Vit. B6 - Piridossina	0,09	1,4 mg	6,4
Vit. B9 – ac. folico (µg):	0	200 µg	0
Vit. B12-cobalamina (µg)	0	2,5 µg	0
Vit. K. Fillochinone (µg):	0,08	75 mcg	0,1
Vit. J – Colina (µg):	11,31	/	/
Vit. A retinolo eq. (µg):	0	800 µg	0
Vitamina C (mg):	0	80 mg	0
Vitamina E (mg):	0,05	12 mg	0,4

## COMPOSIZIONE IN AMINOACIDI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE PROTEICA
Proteine(%): 11,52		
Lisina:	0,245	
Istidina:	0,231	
Arginina:	0,414	
Acido aspartico:	0,452	
Treonina:	0,315	
Serina:	0,551	
Acido glutamico:	4,191	
Prolina:	1,254	
Glicina:	0,362	
Alanina:	0,331	
Cistina:	0,287	
Valina:	0,487	
Metionina:	0,190	
Isoleucina:	0,412	
Leucina:	0,826	
Tirosina:	0,283	
Fenilalanina:	0,573	
Triptofano:	0,112	

Aminoacidi essenziali nell'alimentazione umana

## COMPOSIZIONE IN ZUCCHERI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE DI ZUCCHERI
Zuccheri(%): 1,7		
Arabinosio	0	
Destrosio/Glucosio	0,16	
Fruttosio	0,15	
Galattosio	0	
Lattosio	0	
Maltosio	1,12	
Mannosio	0	
Ramnosio	0	
Ribosio	0	
Saccarosio	0,27	
Xilosio	0	

## COMPOSIZIONE IN ACIDI GRASSI per 100g di parte edibile

	mg/100g di parte edibile	COMPOSIZIONE FRAZIONE GRASSA
Lipidi totali(%): 0,9		
Saturi totali (%):	0.25	
Monoinsaturi totali (%):	0.16	
Polinsaturi totali (%):	0.49	
Rapporto Polinsaturi/Saturi:	2	
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):	43	