

Sangre (100 gr.)
Fuente información

Porción comestible (gr)		
Energía (Kcal)		
Energía (Kj)		
Agua (gr)		
Proteína (gr)		
Grasa total (gr)		
AG Saturados (gr)		
AG Monoinsaturados (gr)		
AG Polinsaturados (gr)		
Colesterol (mg)		
Hidratos de carbono (gr)		
Fibra (gr)		
Sodio (mg)		
Potasio (mg)		
Calcio (mg)		
Magnesio (mg)		
Fósforo (mg)		
Hierro (mg)		
Cobre (mg)		
Cinc (mg)		
Cloro (mg)		
Manganeso (mg)		
Selenio (µg)		
Yodo (µg)		
Vit. B1 / Tiamina (mg)		
Vit. B2 / Riboflavina (mg)		
Vit. B6 / Piridoxina (mg)		
Vit. B12 / Cianocobalamina (µg)		
Vit. B9 / Folatos (µg)		
Vit. B3 / Niacina (mg eq.)		
Vit. C / Ác. Ascórbico (mg)		
Vit. B5 / Pantoténico (mg)		
Vit. B8 / Biotina (µg)		
Vit. A / Retinol (µg eq.)		
Vit. D / Colecalciferol (µg)		
Vit. E / alfa tocoferol (mg)		

Cerdo	
J. Mataix	O. Moreiras

100	100
75	81
314	
79	81
18,5	18
0,11	1
-	-
-	-
-	-
40	40
0,06	tr
0	0
207	207
185	174
5	8
20	10
49	74
6,6	52
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
-	-
0,09	-
0,03	-
-	-
-	-
-	-
0,55	-
0	-
-	-
-	-
30	-
-	-
-	-

Callos (100 gr.)
Fuente información

Porción comestible (gr)		
Energía (Kcal)		
Energía (Kj)		
Agua (gr)		
Proteína (gr)		
Grasa total (gr)		
AG Saturados (gr)		
AG Monoinsaturados (gr)		
AG Polinsaturados (gr)		
Colesterol (mg)		
Hidratos de carbono (gr)		
Fibra (gr)		
Sodio (mg)		
Potasio (mg)		
Calcio (mg)		
Magnesio (mg)		
Fósforo (mg)		
Hierro (mg)		
Cobre (mg)		
Cinc (mg)		
Cloro (mg)		
Manganeso (mg)		
Selenio (µg)		
Yodo (µg)		
Vit. B1 / Tiamina (mg)		
Vit. B2 / Riboflavina (mg)		
Vit. B6 / Piridoxina (mg)		
Vit. B12 / Cianocobalamina (µg)		
Vit. B9 / Folatos (µg)		
Vit. B3 / Niacina (mg eq.)		
Vit. C / Ác. Ascórbico (mg)		
Vit. B5 / Pantoténico (mg)		
Vit. B8 / Biotina (µg)		
Vit. A / Retinol (µg eq.)		
Vit. D / Colecalciferol (µg)		
Vit. E / alfa tocoferol (mg)		

Ternera	
J. Mataix	O. Moreiras

100	100
94	81
393	-
80	82,9
14,56	14,6
3,95	2,5
2,03	1,19
1,31	0,79
0,07	0,08
95	95
0	0
0	0
46	87
270	316
9	12
8	8
79	306
1,95	1,3
0,09	-
2,47	1,5
-	-
0,01	-
459	45,6
-	-
0,01	-
0,17	-
0,04	-
1,54	-
2	-
0,06	-
3,4	-
0,56	-
-	-
0	-
tr	-
0,08	-

Manitas (100 gr.)
Fuente información

Porción comestible (gr)		
Energía (Kcal)		
Energía (Kj)		
Agua (gr)		
Proteína (gr)		
Grasa total (gr)		
AG Saturados (gr)		
AG Monoinsaturados (gr)		
AG Polinsaturados (gr)		
Colesterol (mg)		
Hidratos de carbono (gr)		
Fibra (gr)		
Sodio (mg)		
Potasio (mg)		
Calcio (mg)		
Magnesio (mg)		
Fósforo (mg)		
Hierro (mg)		
Cobre (mg)		
Cinc (mg)		
Cloro (mg)		
Manganeso (mg)		
Selenio (µg)		
Yodo (µg)		
Vit. B1 / Tiamina (mg)		
Vit. B2 / Riboflavina (mg)		
Vit. B6 / Piridoxina (mg)		
Vit. B12 / Cianocobalamina (µg)		
Vit. B9 / Folatos (µg)		
Vit. B3 / Niacina (mg eq.)		
Vit. C / Ác. Ascórbico (mg)		
Vit. B5 / Pantoténico (mg)		
Vit. B8 / Biotina (µg)		
Vit. A / Retinol (µg eq.)		
Vit. D / Colecalciferol (µg)		
Vit. E / alfa tocoferol (mg)		

Cerdo
J. Mataix

39
291
1216
57
16
25
8,33
11,18
2,99
6,2
0,5
0
60
300
10
30
190
2,5
-
2,6
-
-
-
-
1
0,2
0,5
1
3
4
-
-
-
-
-
-