

CARNES Y DERIVADOS

Por 100 gramos de porción comestible

N°	Alimento	Energía (kj) <ENERC>	Energía (Kcal) <ENERC>	Agua (g) <WATER>	Proteínas (g) <PROTCNT>	Grasa Total (g) <FAT>	Carbohidratos totales (g) <CHOCDF>	Cenizas (g) <ASH>	Sodio (mg) <NA>	Potasio (mg) <K>	Calcio (mg) <CA>	Fósforo (mg) <P>	Hierro (mg) <FE>	Zinc (mg) <ZN>	Tiamina (mg) <THIA>	Rivoflavina (mg) <RIBF>	Niacina (mg) <NIA>	Vitamina C (mg) <VITC>	
Fiambres																			
522	Jamon cocido "Villafranca Novissimo".El Bierzo. Reducido	410.3	98.0	74.3	18.0	2.5		3.1	486.0										
523	Lomo ahumado de cerdo cocido "Villafranca Novissimo". E	397.8	95.0	73.6	19.0	2.0		4.3	902.0										
524	Mortadela" Villafranca Novissimo". El Bierzo - reducida en	582.0	139.0	66.7	16.0	5.7		4.0	655.0										
525	Pastron ahumado "Villafranca Novissimo". El Bierzo. Redu	330.8	79.0	75.5	16.0	0.4		3.4	658.0										
526	Salame "Villafranca Novissimo".El Bierzo.Reducido en sodi	561.1	134.0	67.6	22.0	4.6		3.9	740.0										
Vizcacha																			
557	Carne de vizcacha	192.6	46.0	73.0	23.9	3.7	7.7	3.6		260.0	69.0	29.0	2.6						9.9
1: Calculado por diferencia = 100 - (agua + proteína + lípidos + cenizas)																			