

Prosciutto cotto scelto



Composizione chimica per 100g di parte edibile

Macro		Minerali	
Parte edibile (%)	100	Calcio (mg)	5
Acqua (g)	70	Fosforo (mg)	136
Proteine (g)	17,5	Magnesio (mg)	13
Lipidi (g)	9,2	Potassio (mg)	321
Carboidrati (g)	0,6	Sodio (mg)	760
Energia (kcal)	155	Ferro (mg)	0,6
		Zinco (mg)	1,3
		Rame (mg)	0,07
		Manganese (mg)	0,01
		Selenio (µg)	11
Vitamine		Acidi grassi	
Tiamina (mg)	0,54	Saturi totali (g)	3,99
Riboflavina (mg)	0,13	Monoinsaturi totali (g)	4,21
Niacina (mg)	4,70	Polinsaturi totali (g)	0,54
B6 (mg)	0,43		
B12 (µg)	0,13	Colesterolo (mg)	57
Vit, E (mg)	0,13		

Composizione in grammi dei principali acidi grassi per 100g di parte edibile

Saturi (g)		Monoinsaturi (g)		Polinsaturi (g)	
C4:0÷C10:0	0,08	C14:1	0	C18:2	0,48
C12:0	0,02	C16:1	0,27	C18:3	0,04
C14:0	0,16	C17:1	0,03	C20:2	
C15:0		C18:1	3,84	C20:3	
C16:0	2,43	C20:1	0,06	C20:4	0,01
C17:0	0,04	C22:1	0	C20:5	0,01
C18:0	1,25			C22:6	0
C20:0	0,01				
C22:0	0				

Composizione in aminoacidi liberi per 100g di parte edibile

Lisina (mg)	89	Glicina (mg)	15	Fenilalanina (mg)	10
Istidina (mg)	9	Alanina (mg)	36	Triptofano (mg)	6
Arginina (mg)	13	Valina (mg)	12	Asparagina (mg)	3
Acido aspartico (mg)	4	Metionina (mg)	4	Glutamina (mg)	7
Treonina (mg)	2	Isoleucina (mg)	7	Ornitina (mg)	3
Serina (mg)	10	Leucina (mg)	16	Carnosina (mg)	301
Acido glutamico (mg)	42	Tirosina (mg)	8	Anserina (mg)	19

Additivi

Nitrati (ppm)	6
Nitriti (ppm)	5
NaCl (g/100g)	1,9