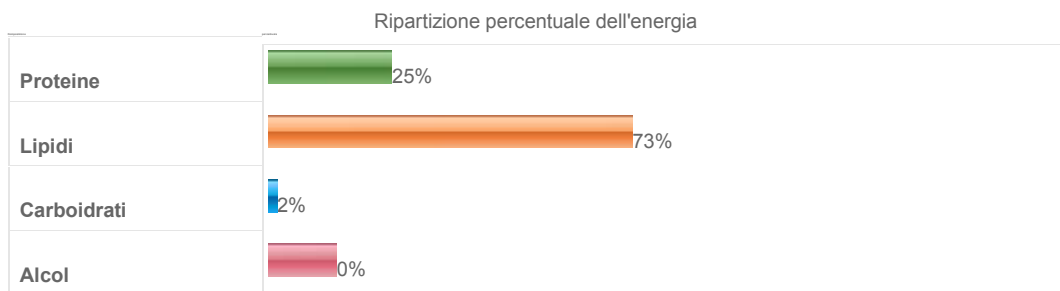


Pecorino romano	
Categoria	Formaggi e latticini
Nome Scientifico	



COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO PER 100g DI PARTE EDIBILE		
Composizione chimica	valore per 100g	Note
Parte edibile (%):	100	
Acqua (g):	31.9	
Proteine (g):	26	
Lipidi(g):	33.1	
Colesterolo (mg):	90	
Carboidrati disponibili (g):	1.8	
Amido (g):	0	
Zuccheri solubili (g):	1.8	
Fibra totale (g):	0	
Fibra solubile (g):	0	
Fibra insolubile (g):	0	
Alcol (g):	0	
Energia (kcal):	409	
Energia (kJ):	1710	
Sodio (mg):		
Potassio (mg):		
Ferro (mg):		
Calcio (mg):	900	
Fosforo (mg):	589	
Magnesio (mg):		
Zinco (mg):		
Rame (mg):		
Selenio (µg):		
Tiamina (mg):		
Riboflavina (mg):	0.41	
Niacina (mg):		

Vitamina A retinolo eq. (µg):	480	
Vitamina C (mg):	0	
Vitamina E (mg):	1.01	

COMPOSIZIONE IN AMINOACIDI			
Composizione	mg/100g di parte edibile	g/100g Proteine	Note
Proteine(%): 26			
Lisina:	2040	7.67	
Istidina:	643	2.42	
Arginina:	685	2.58	
Acido aspartico:	1760	6.62	
Treonina:	893	3.36	
Serina:	1274	4.79	
Acido glutamico:	5115	19.23	
Prolina:	3030	11.39	
Glicina:	461	1.73	
Alanina:	762	2.86	
Cistina:	132	0.5	
Valina:	1854	6.97	
Metionina:	792	2.98	
Isoleucina:	1372	5.16	
Leucina:	2635	9.91	
Tirosina:	1402	5.27	
Fenilalanina:	1303	4.9	
Triptofano:	328	1.23	
Indice Chimico:	99		
Aminoacido limitante:	Treo.		

COMPOSIZIONE IN ACIDI GRASSI	
Composizione	g/100g di parte edibile
Lipidi totali(%): 33.1	
Saturi totali (%):	
C4:0÷C10:0	0
C12:0	
C14:0	
C16:0	
C18:0	
C20:0	
C22:0	

Monoinsaturi totali (%):	
C14:1	
C16:1	
C18:1	
C20:1	
C22:1	
Polinsaturi totali (%):	
C18:2	
C18:3	
C20:4	
C20:5	
C22:6	
Rapporto Polinsaturi/Saturi:	

Altri Componenti	
Acido fitico (g):	0