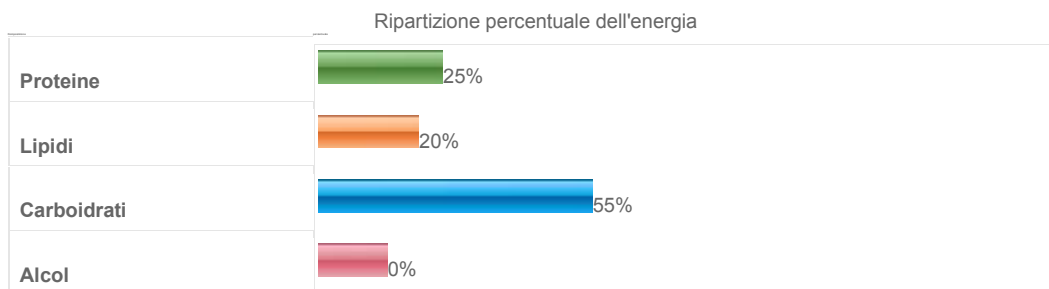


Melanzane crude	
Categoria	Verdure e Ortaggi
Nome Scientifico	Solanum melongena



COMPOSIZIONE CHIMICA E VALORE ENERGETICO PER 100g DI PARTE EDIBILE		
Composizione chimica	valore per 100g	Note
Parte edibile (%):	92	
Acqua (g):	92.7	
Proteine (g):	1.1	
Lipidi(g):	0.4	
Colesterolo (mg):	0	
Carboidrati disponibili (g):	2.6	
Amido (g):	0	
Zuccheri solubili (g):	2.6	
Fibra totale (g):	2.6	
Fibra solubile (g):		
Fibra insolubile (g):		
Alcol (g):	0	
Energia (kcal):	18	
Energia (kJ):	74	
Sodio (mg):	26	
Potassio (mg):	184	
Ferro (mg):	0.3	
Calcio (mg):	14	
Fosforo (mg):	33	
Magnesio (mg):		
Zinco (mg):		
Rame (mg):		
Selenio (µg):		
Tiamina (mg):	0.05	
Riboflavina (mg):	0.05	
Niacina (mg):	0.6	

Vitamina A retinolo eq. (µg):	tr	
Vitamina C (mg):	11	
Vitamina E (mg):		

COMPOSIZIONE IN AMINOACIDI			
Composizione	mg/100g di parte edibile	g/100g Proteine	Note
Proteine(%):	1.1		
Lisina:	53	4.82	
Istidina:	20	1.82	
Arginina:	47	4.27	
Acido aspartico:	147	13.36	
Treonina:	41	3.73	
Serina:	45	4.09	
Acido glutamico:	144	13.09	
Prolina:	73	6.64	
Glicina:	53	4.82	
Alanina:	56	5.09	
Cistina:			
Valina:	60	5.45	
Metionina:	21	1.91	
Isoleucina:	43	3.91	
Leucina:	70	6.36	
Tirosina:	42	3.82	
Fenilalanina:	59	5.36	
Triptofano:	11	1	
Indice Chimico:	76		
Aminoacido limitante:	Solf.		

COMPOSIZIONE IN ACIDI GRASSI	
Composizione	g/100g di parte edibile
Lipidi totali(%):	0.4
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):	