

# Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

Principali		
Calorie	kcal	507
Calorie	kJ	2120
<p> <span style="color: blue;">■</span> Carboidrati: 61.32%  <span style="color: orange;">■</span> Grassi: 34.72%  <span style="color: red;">■</span> Proteine: 3.96%  <span style="color: green;">■</span> Alcol: 0%         </p> <p>valori-alimenti.com</p>		
Grassi	g	34.2
Carboidrati	g	60.4
Proteine	g	3.9
Fibre	g	5.5
Zuccheri	g	51.48
Acqua	g	0.5
Ceneri	g	1
Minerali		
Calcio	mg	24
Sodio	mg	16
Fosforo	mg	147
Potassio	mg	290
Ferro	mg	2.76

## Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

Magnesio	mg	113
Zinco	mg	1.5
Rame	mg	0.574
Manganese	mg	0.494
Selenio	mcg	2.8
<b>Vitamine</b>		
Retinolo (Vit. A)	mcg	0
Vitamina A, IU	IU	0
Vitamina A, RAE	mcg_RAE	0
Tiamina (Vit. B1)	mg	0.02
Riboflavina (Vit. B2)	mg	0.24
Niacina (Vit. B3)	mg	0.67
Acido Pantotenico (Vit. B5)	mg	0.071
Piridossina (Vit. B6)	mg	0.043
Acido folico (Vit. B9 o M o Folacina)	mcg	0
Folato alimentare	mcg	3
Folato, DFE	mcg_DFE	3
Folati, totali	mcg	3
Cobalamina (Vit. B12)	mcg	0
Vitamina B-12, aggiunta	mcg	0

## Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

Acido ascorbico (Vit. C)	mg	0
Vitamina D (D2+D3)	mcg	0
Colecalcifenolo (Vit. D)	IU	0
Alpha-tocoferolo (Vit. E)	mg	0.26
Vitamina E, aggiunta	mg	0
Fillochinone (Vit. K)	mcg	6.3
Colina totale (Vit. J)	mg	29.9
Carotene, beta	mcg	0
Carotene, alfa	mcg	0
Criptoxantina, beta	mcg	0
Licopene	mcg	0
Luteina + zeaxantina	mcg	18
<b>Zuccheri</b>		
<b>Lipidi</b>		
Acidi grassi, monoinsaturi	g	11.22
Acidi grassi, polinsaturi	g	0.99
Acidi grassi, saturi	g	20.08
Colesterolo	mg	0
<b>Grassi saturi</b>		
4:0	g	0

## Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

6:0	g	0
8:0	g	0
10:0	g	0
12:0	g	0
14:0	g	0.03
16:0	g	8.69
18:0	g	11.35
<b>Grassi monoinsaturi</b>		
16:1 indifferenziato	g	0.07
18:1 indifferenziato	g	11.15
20:1	g	0
22:1 indifferenziato	g	0
<b>Grassi polinsaturi</b>		
18:2 indifferenziato	g	0.96
18:3 indifferenziato	g	0.03
18:4	g	0
20:4 indifferenziato	g	0
20:5 n-3	g	0
22:5 n-3	g	0
22:6 n-3	g	0

## Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

Aminoacidi		
Acido aspartico	g	0.388
Acido glutammico	g	0.586
Alanina	g	0.18
Arginina	g	0.221
Cistina	g	0.048
Fenilalanina	g	0.187
Glicina	g	0.175
Isoleucina	g	0.151
Istidina	g	0.067
Leucina	g	0.236
Lisina	g	0.195
Metionina	g	0.04
Prolina	g	0.167
Serina	g	0.168
Tirosina	g	0.146
Treonina	g	0.154
Triptofano	g	0.058
Valina	g	0.234
Altro		

## Cioccolato fondente: Valori nutrizionali e composizione in 100 gr di prodotto

Alcol etilico	g	0
Caffeina	mg	66
Teobromina	mg	426