

VALORI NUTRIZIONALI PRODOTTI SEMILAVORATI

OLIVE

OLIVE LECCINE IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	1038	kJ
	253	kcal
Grassi	25	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	3,8	g
Carboidrati	0,8	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	9	g
Proteine	1,6	g
Sale	2,6	g

OLIVE TERMITE (BARESANE) IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	655	kJ
	159	kcal
Grassi	15	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,1	g
Carboidrati	3	g
<i>di cui zuccheri</i>	1	g
Fibre	4,4	g
Proteine	0,8	g
Sale	2,5	g

OLIVE NERE KALAMON IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	907	kJ
	220	kcal
Grassi	21,9	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,8	g
Carboidrati	3,7	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,1	g
Fibra alimentare	1,3	g
Proteine	1,4	g
Sale	3,9925	g

OLIVE NERE GRECHE (COMPRESSE RIVIERA) IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	815	kJ
	197	kcal
Grassi	19	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,5	g
Carboidrati	4,7	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	1,4	g
Proteine	1,2	g
Sale	4,35	g

OLIVE VERDI DOLCI (CASTELVETRANO) IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	778	kJ
	189	kcal
Grassi	19,6	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	3,5	g
Carboidrati	1	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	3	g
Proteine	0,7	g
Sale	0,9	g

OLIVE VERDI IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	904	kJ
	219	kcal
Grassi	21,8	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,8	g
Carboidrati	3,7	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	1,3	g
Proteine	1,4	g
Sale	5,85	g

OLIVE TORREMAGGIORE (PERANZANE) IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	179	kcal
	734	kJ
Grassi	17,7	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,9	g
Carboidrati	0,7	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	4,4	g
Proteine	1,9	g
Sale	1,2	g

OLIVE DI GAETA IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	934	kJ
	227	kcal
Grassi	23,8	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,8	g
Carboidrati	0,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	2,4	g
Proteine	1,5	g
Sale	4,1	g

OLIVE CELLINE IN SALAMOIA (INTERE E DENOCCIOLATE)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	183	kcal
	753	kJ
Grassi	19	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,1	g
Carboidrati	0,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	1,6	g
Proteine	1,7	g
Sale	4	g

OLIVE NERE FACON GREECE (SECCHIO)

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	163	kcal
	670	kJ
Grassi	13	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	5,7	g
Carboidrati	4,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,5	g
Fibra alimentare	10	g
Proteine	1,9	g
Sale	8	g

MIX 3 OLIVE ITALIANE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	801	kJ
	195	kcal
Grassi	19,04	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,90	g
Carboidrati	1,49	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,33	g
Fibra alimentare	5,87	g
Proteine	1,42	g
Sale	2,08	g

MIX 3 OLIVE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	866	kJ
	210	kcal
Grassi	20,69	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,67	g
Carboidrati	3,99	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,03	g
Fibra alimentare	1,32	g
Proteine	1,32	g
Sale	2,75	g

OLIVE TAGGIASCHE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	733	kJ
	178	kcal
Grassi	18,9	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	3,2	g
Carboidrati	1	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Proteine	1	g
Sale	2,75	g

OLIVE FARCITE

OLIVE FARCITE CON PEPERONE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	859	kJ
	209	kcal
Grassi	21	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	2,0	g
Carboidrati	1,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,5	g
Fibra alimentare	4,5	g
Proteine	1,2	g
Sale	4	g

OLIVE FARCITE CON ARANCIA IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	660	kJ
	160	kcal
Grassi	16	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	1,3	g
Carboidrati	1,1	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	4,4	g
Proteine	0,8	g
Sale	4,1	g

OLIVE FARCITE CON LIMONE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	621	kJ
	151	kcal
Grassi	15	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	1,2	g
Carboidrati	1	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	4,4	g
Proteine	0,8	g
Sale	4,2	g

OLIVE FARCITE ALLE MANDORLE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	1164	kJ
	283	kcal
Grassi	28	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	4,0	g
Carboidrati	2	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,6	g
Fibra alimentare	4,3	g
Proteine	3,5	g
Sale	4	g

OLIVE FARCITE ALL'AGLIO

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	614	kJ
	149	kcal
Grassi	15	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	3,6	g
Carboidrati	0,8	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	2,5	g
Proteine	1,5	g
Sale	4,2	g

CAPPERI E FRUTTI DEL CAPPERO

CAPPERI IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	168	kJ
	40	kcal
Grassi	0,5	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,2	g
Carboidrati	4,9	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,5	g
Fibra alimentare	2	g
Proteine	2,93	g
Sale	21	g

FRUTTI DEL CAPPERO IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	105	kJ
	25	kcal
Grassi	0,35	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,27	g
Carboidrati	3,2	g
<i>di cui zuccheri</i>	1	g
Fibra alimentare		g
Proteine	2,2	g
Sale	16	g

VEGETALI

PEPERONCINI PICCANTI A RONDELLE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	114	kJ
	27	kcal
Grassi	0,5	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,00	g
Carboidrati	3,8	g
<i>di cui zuccheri</i>	2	g
Proteine	1,8	g
Sale	2,5	g

PEPERONCINI DETORSOLATI IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	155	kJ
	37	kcal
Grassi	0,5	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,00	g
Carboidrati	6	g
<i>di cui zuccheri</i>	2,5	g
Proteine	2	g
Sale	2,5	g

LUPINI IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	494	kJ
	118	kcal
Grassi	2,4	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,3	g
Carboidrati	7,2	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,5	g
Fibra alimentare	4,8	g
Proteine	14,4	g
Sale	4	g

LAMPASCIONI IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	206	kJ
	50	kcal
Grassi	4,74	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	1,00	g
Carboidrati	1,1	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare		g
Proteine	0,7	g
Sale	1	g

CARCIOFI (INTERI E A SPICCHI) IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	161	kJ
	38	kcal
Grassi	0	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,0	g
Carboidrati	6,9	g
<i>di cui zuccheri</i>	0,8	g
Fibra alimentare	2,3	g
Proteine	1,5	g
Sale	0,7	g

AGLIO IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	700	kJ
	165	kcal
Grassi	0,35	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,1	g
Carboidrati	33	g
<i>di cui zuccheri</i>	1	g
Fibra alimentare	2,3	g
Proteine	6,36	g
Sale	23	g

GIARDINIERA IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	150	kJ
	36	kcal
Grassi	0,63	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0	g
Carboidrati	5,9	g
<i>di cui zuccheri</i>	0	g
Fibra alimentare	1,7	g
Proteine	1,5	g
Sale	1,5	g

FUNGHI

FUNGHI SHIITAKE IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	191	kJ
	45	kcal
Grassi	0,49	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,00	g
Carboidrati	7,3	g
<i>di cui zuccheri</i>	2,38	g
Fibra alimentare	0,8	g
Proteine	2,5	g
Sale	0,009	g

FUNGHI DI MUSCHIO IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	145	kJ
	34	kcal
Grassi	0,3	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,00	g
Carboidrati	3,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	1,1	g
Fibra alimentare		g
Proteine	4,4	g
Sale	0,38	g

FUNGHI CHAMPIGNON IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	119	kJ
	28	kcal
Grassi	0,1	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,01	g
Carboidrati	4,3	g
<i>di cui zuccheri</i>	1,72	g
Fibra alimentare		g
Proteine	2,5	g
Sale	2,5	g

FUNGHI NAMEKO IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	161	kJ
	38	kcal
Grassi	0,5	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,10	g
Carboidrati	6,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	2	g
Fibra alimentare		g
Proteine	1,9	g
Sale	0,01	g

FUNGHI PLEUROTUS IN SALAMOIA

VALORI MEDI	Per 100 g di prodotto sgocciolato	
Valore energetico	147	kJ
	35	kcal
Grassi	0,3	g
<i>di cui ac. grassi saturi</i>	0,10	g
Carboidrati	4,5	g
<i>di cui zuccheri</i>	1	g
Fibra alimentare		g
Proteine	3,5	g
Sale	0,01	g