



PESQUISA DE ORÇAMENTOS FAMILIARES

2008 - 2009

TABELAS DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DOS ALIMENTOS CONSUMIDOS NO BRASIL

Ministério da
Saúde

 **IBGE**
Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

Ministério do
Planejamento, Orçamento
e Gestão

Presidenta da República
Dilma Rousseff

Ministra do Planejamento, Orçamento e Gestão
Miriam Belchior

Ministro da Saúde
Alexandre Padilha

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE

Presidente
Eduardo Pereira Nunes

Secretária-Executiva
Márcia Aparecida do Amaral

Diretor-Executivo
Sérgio da Costa Côrtes

Secretaria de Atenção à Saúde
Helvécio Miranda Magalhães Júnior

ÓRGÃOS ESPECÍFICOS SINGULARES

Secretaria de Ciência, Tecnologia e Insumos
Estratégicos

Diretoria de Pesquisas
Wasmália Socorro Barata Bivar

Carlos Augusto Grabois Gadelha

Diretoria de Geociências
Luiz Paulo Souto Fortes

Secretaria de Gestão do Trabalho e
da Educação na Saúde
Milton de Arruda Martins

Diretoria de Informática
Paulo César Moraes Simões

Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa
Luiz Odorico Monteiro de Andrade

Centro de Documentação e Disseminação de Informações
David Wu Tai

Secretaria de Vigilância em Saúde
Jarbas Barbosa

Escola Nacional de Ciências Estatísticas
Solange Corrêa Onel

UNIDADE RESPONSÁVEL

UNIDADE RESPONSÁVEL

Diretoria de Pesquisas

Secretaria de Atenção à Saúde

Coordenação de Trabalho e Rendimento
Marcia Maria Melo Quintsir

Departamento de Atenção Básica

Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição
Patrícia Constante Jaime

Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão
Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE
Diretoria de Pesquisas
Coordenação de Trabalho e Rendimento

Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009

Tabelas de Composição Nutricional dos
Alimentos Consumidos no Brasil

Rio de Janeiro
2011

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE

Av. Franklin Roosevelt, 166 - Centro - 20021-120 - Rio de Janeiro, RJ - Brasil

ISBN 978-85-240-4195-2 (CD-ROM)

ISBN 978-85-240-4194-5 (meio impresso)

© IBGE. 2011

Elaboração do arquivo PDF

Roberto Cavararo

Produção de multimídia

Marisa Sigolo Mendonça

Márcia do Rosário Brauns

Capa

Helga Szpiz e Marcos Balster Fiore Correia -
Coordenação de Marketing/Centro de Documentação
e Disseminação de Informações - CDDI

Sumário

Apresentação

Introdução

Notas técnicas

Conceitos e definições

Período de realização da pesquisa

Período de referência das informações sobre
despesas e rendimentos

Data de referência da pesquisa

Domicílio

Pessoas

Unidade de orçamento

Aspectos de amostragem

Consumo alimentar pessoal

Compilação das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil

Descrição das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos

Crítérios adotados na compilação das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos

Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil

- 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível
- 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível
- 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível
- 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível
- 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Referências

Anexo

- 1 - Nomenclatura dos nutrientes completos e siglas utilizadas nas tabelas da publicação

Convenções

-	Dado numérico igual a zero não resultante de arredondamento;
..	Não se aplica dado numérico;
...	Dado numérico não disponível;
x	Dado numérico omitido a fim de evitar a individualização da informação;
0; 0,0; 0,00	Dado numérico igual a zero resultante de arredondamento de um dado numérico originalmente positivo; e
-0; -0,0; -0,00	Dado numérico igual a zero resultante de arredondamento de um dado numérico originalmente negativo.

Apresentação

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE divulga, nesta publicação, as Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil, utilizadas no estudo, também disponibilizado ao público, sobre consumo alimentar no País e que foi desenvolvido a partir das informações sobre os diferentes tipos de alimentos consumidos e registrados no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, POF 7, instrumento de coleta aplicado em uma subamostra de domicílios da Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2008-2009.

Esse estudo é fruto de parceria celebrada com o Ministério da Saúde que visou a investigação de temas de interesse específico na POF 2008-2009 e viabilizou, em particular, com o aporte dos recursos necessários e participações nas definições dos modelos metodológicos, o levantamento de um conjunto de informações que permitem agora realizar uma série de avaliações sobre o estado nutricional da população brasileira.

A avaliação, compilação e estruturação das Tabelas, pela própria característica do tema, exigiram, além da participação dos técnicos das instituições parceiras, que o Ministério da Saúde agregasse a visão de especialistas em nutrição, de reconhecida experiência e competência, que contribuíram tanto na concepção da estrutura da publicação, como na validação dos dados até a etapa final de produção das Tabelas.

As informações básicas utilizadas para a elaboração das Tabelas foram os registros detalhados dos alimentos consumidos pelos informantes ao longo de dois dias não consecutivos, independente do local de consumo do alimento, isto é, no domicílio ou fora dele.

Os diferentes tipos de alimentos e as respectivas quantidades e unidades de medidas utilizadas foram obtidos de forma direta, ou seja, através de entrevista junto aos moradores com 10 anos ou mais de idade, residentes nos domicílios selecionados.

Apresenta-se, ainda, uma breve visão dos conceitos e dos procedimentos utilizados na coleta e tratamento das informações sobre os registros de alimentos da POF 2008-2009, bem como os conceitos e metodologia subjacentes para a construção das Tabelas.

Simultaneamente a este documento, o IBGE divulga duas outras publicações resultantes da POF 2008-2009: *Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil e Tabela de medidas referidas para os alimentos no Brasil*, formando uma documentação completa do trabalho realizado.

O CD-ROM que acompanha a publicação reproduz integralmente o presente volume e contém uma planilha complementar, com as informações das Tabelas impressas, o que permite ao usuário o cruzamento de dados bem como a construção de outras planilhas segundo sua perspectiva de interesse. Apresenta, adicionalmente, os dois instrumentos utilizados durante a etapa de coleta das informações sobre o consumo alimentar pessoal: o Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, POF 7, utilizado pelos informantes para a anotação dos registros de ingestão alimentar, e as respectivas Instruções para o Preenchimento. Esse conjunto também está disponível no portal do IBGE na Internet, incluindo os microdados completos da pesquisa, os quais poderão ser adquiridos, ainda, em CD-ROM específico.

Wasmália Bivar
Diretora de Pesquisas

Introdução

A Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF visa, principalmente, mensurar as estruturas de consumo, dos gastos, dos rendimentos e parte da variação patrimonial das famílias. Possibilita traçar, portanto, um perfil das condições de vida da população brasileira a partir da análise de seus orçamentos domésticos.

A POF 2008-2009 é a quinta pesquisa realizada pelo IBGE sobre orçamentos familiares. As pesquisas anteriores foram o Estudo Nacional da Despesa Familiar - ENDEF 1974-1975, com âmbito territorial nacional, à exceção das áreas rurais das Regiões Norte e Centro-Oeste; a POF 1987-1988; a POF 1995-1996; e a POF 2002-2003. As POFs dos anos de 1980 e 1990 foram concebidas para atender, prioritariamente, a atualização das estruturas de consumo dos Índices de Preços ao Consumidor produzidos pelo IBGE, sendo realizadas nas Regiões Metropolitanas de Belém, Fortaleza, Recife, Salvador, Belo Horizonte, Rio de Janeiro, São Paulo, Curitiba e Porto Alegre, no Município de Goiânia e no Distrito Federal. A POF 2002-2003 e a POF 2008-2009 que tiveram abrangência geográfica nacional, dão igual prioridade às demais aplicações anteriormente mencionadas.

Cabe mencionar que a realização da POF 2008-2009 contou, além da parceria com o Ministério da Saúde, com a cooperação do Banco Mundial, fundamental para a consolidação da periodicidade quinquenal para a realização da pesquisa, segundo este modelo metodológico adotado desde 2002-2003 e para os estudos sobre a futura POF Contínua. Em ambos os casos, o apoio técnico foi disponibilizado, além de recursos financeiros e equipamentos para a pesquisa.

O desenho da amostra das duas últimas POFs foi estruturado de tal modo que propicia a publicação de resultados nos seguintes níveis: Brasil, Grandes Regiões (Norte, Nordeste, Sudeste, Sul e Centro-Oeste) e também por situações urbana e rural. Para as Unidades da Federação, os resultados contemplam o total e a situação urbana. Nas nove regiões metropolitanas e nas capitais das Unidades da Federação, os resultados correspondem à situação urbana.

A amostra da POF 2008-2009 manteve características do desenho aplicado à POF 2002-2003, mas teve sua concepção segundo o conceito de amostra mestra, que o IBGE propõe adotar para todas as pesquisas domiciliares por amostra no contexto mais amplo do projeto de reformulação dessas pesquisas - a construção do Sistema Integrado de Pesquisas Domiciliares - SIPD.

Além das informações diretamente associadas às estruturas orçamentárias, várias outras características dos domicílios e das famílias são investigadas, ampliando o potencial de utilização dos resultados da pesquisa. É possível, portanto, estudar a composição dos gastos das famílias segundo as classes de rendimentos, as disparidades regionais, as áreas urbana e rural, a extensão do endividamento familiar, a difusão e o volume das transferências entre as diferentes classes de renda e a dimensão do mercado consumidor para grupos de produtos e serviços.

Outros temas, fortemente relacionados com a qualidade das condições de vida, são destaque nas POFs, a exemplo da investigação subjetiva sobre a qualidade de vida das famílias e de um amplo conjunto de variáveis que é investigado para o desenho da avaliação do perfil nutricional da população residente no Brasil. Com esse último objetivo, as medidas antropométricas de todos os moradores dos domicílios foram tomadas, foram investigados aspectos relacionados com a amamentação e a alimentação escolar, e foi aplicado o módulo inédito e especial sobre Consumo Alimentar Pessoal, a partir do qual se estruturou a presente publicação. Também foram investigadas as quantidades adquiridas de alimentos e bebidas para consumo no domicílio, segundo as Grandes Regiões, as situações urbana e rural e as formas de aquisição monetárias (itens comprados mediante pagamento em dinheiro, cheques, cartões de crédito e outros) e não monetárias (aquisições a partir de doações, produção própria, trocas entre outras).

Cabe, ainda, mencionar outras informações levantadas na POF 2008-2009 sobre o tema alimentação que podem ampliar ainda mais o potencial de análise e utilização das informações, quais sejam: despesas com alimentação no domicílio e fora dele; tipos de estabelecimentos em que são realizadas as refeições fora do domicílio; identificação das formas de aquisição dos produtos alimentícios; e avaliação subjetiva das famílias sobre a quantidade e a qualidade dos alimentos que consomem.

Pela primeira vez, a POF obteve informações sobre Consumo Alimentar Pessoal. Para tanto, foram realizados, por dois dias não consecutivos, os registros da ingestão alimentar, para as pessoas com 10 anos ou mais de idade, no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, POF 7, instrumento utilizado para a coleta. Para realizar o registro alimentar, os indivíduos foram orientados a registrar e relatar detalhadamente os nomes dos alimentos consumidos, o tipo de preparação, a medida e a quantidade consumidas, o horário e se o consumo do alimento ocorreu no domicílio ou fora do domicílio. Nos casos em que havia impedimento para o morador preencher o registro, o mesmo poderia ser efetuado com a ajuda de outro morador ou pessoa próxima.

Os informantes foram orientados a detalhar os alimentos que integravam preparações compostas, como sanduíches e vitaminas. No entanto, quando o informante não sabia detalhar a composição da preparação consumida, esta foi registrada apenas pelo nome, por exemplo, feijoada, bobó de camarão, baião de dois, vatapá, etc.

Os diferentes alimentos consumidos e informados na pesquisa, realizada em todo o País, cobrindo as áreas urbana e rural, permitiram a geração de um grande banco de dados, que possibilitou a construção das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil, referidos no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, POF 7.

Os dados referentes ao módulo de consumo alimentar individual foram coletados para todos os moradores com 10 anos ou mais de idade de 13 569 domicílios selecionados, que corresponderam a uma subamostra de 24,3% dos 55 970 domicílios investigados na POF 2008-2009. Dessa forma, foram obtidas informações sobre o consumo alimentar individual de 34 003 moradores. Os domicílios que participaram da subamostra foram selecionados de forma aleatória dentre aqueles domicílios que foram selecionados para a amostra original da POF 2008-2009.

A primeira publicação da POF 2008-2009, *Despesas, rendimentos e condições de vida*, contemplou aspectos básicos para a análise dos orçamentos domésticos, e alguns fatores relacionados com a avaliação subjetiva das condições de vida. Na segunda publicação, *Antropometria e estado nutricional de crianças, adolescentes e adultos no Brasil*, foram apresentadas as estatísticas relacionadas com o tema antropometria. Os resultados foram construídos a partir das informações sobre peso e altura obtidos de forma direta de cada um dos moradores dos domicílios entrevistados. Na terceira publicação, *Aquisição alimentar per capita*, os resultados apresentados dizem respeito às estatísticas das quantidades anuais *per capita*, em quilogramas, adquiridas para consumo no domicílio, para uma ampla relação de alimentos e bebidas. A quarta publicação, *Avaliação nutricional da disponibilidade domiciliar de alimentos no Brasil*, apresentou os resultados e conclusões resultantes da avaliação nutricional das quantidades de alimentos e bebidas adquiridos pelas famílias brasileiras. A análise foi realizada sob algumas hipóteses, conforme destacado em seção específica sobre a metodologia utilizada. Isto ocorre porque a aquisição alimentar, tal como a investigada na POF 2008-2009, bem como na POF 2002-2003, corresponde à disponibilidade de alimentos e bebidas para consumo no domicílio, não refletindo o Consumo Alimentar Pessoal e bebidas.

Esta publicação apresenta as Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil, obtidas a partir das informações registradas no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, instrumento utilizado para a coleta, e descreve os procedimentos utilizados na elaboração dessas Tabelas. Como já mencionado, outras duas publicações estão sendo divulgadas simultaneamente ao presente documento: *Análise do consumo alimentar pessoal no Brasil e Tabela de medidas referidas para os alimentos consumidos no Brasil*.

Esta é a segunda publicação que trata da composição nutricional de alimentos no Brasil, sendo que a primeira foi divulgada pelo IBGE à época do Estudo Nacional da Despesa Familiar - ENDEF, realizado no período 1974-1975¹.

¹ Para informações complementares, consultar o documento: TABELAS de composição de alimentos. 5. ed. Rio de Janeiro: IBGE, 1999. 137 p. Acima do título: Estudo Nacional da Despesa Familiar.

Notas técnicas

Conceitos e definições

Neste módulo, são apresentados os conceitos relacionados com os resultados desta publicação, segundo as seguintes variáveis: domicílios, unidades de consumo, pessoas, consumo alimentar individual. Antecede aos temas a descrição das referências temporais inerentes ao levantamento e à qualidade das informações sobre orçamentos familiares. Estas definições da variável tempo são básicas para o entendimento dos conceitos e resultados da pesquisa.

A POF é uma pesquisa realizada por amostragem, na qual são investigados os domicílios particulares permanentes. No domicílio, por sua vez, é identificada a unidade básica da pesquisa – unidade de consumo – que compreende um único morador ou conjunto de moradores que compartilham da mesma fonte de alimentação ou compartilham as despesas com moradia. É importante ressaltar que esta definição, que será detalhada mais adiante, segue as recomendações e práticas internacionais referentes a pesquisas similares.

O conceito “família”, no IBGE, é especificamente adotado no Censo Demográfico e demais pesquisas domiciliares, refere-se a todas as pessoas moradoras do domicílio, ligadas por laços de parentesco, dependência doméstica ou normas de convivência, sem referência explícita ao consumo ou despesas. Entretanto, na maior parte das situações, a unidade de consumo da POF coincide com a “família”, segundo o conceito adotado no IBGE. A POF 2008-2009, buscando harmonização conceitual com as demais pesquisas, identificou, também, nos domicílios, as famílias, segundo o conceito adotado pelo IBGE.

No ENDEF e nas POFs, para efeito de análises e divulgações de resultados, o termo “família” tem sido utilizado para representar o conceito unidade de consumo e, na presente publicação, este procedimento é mantido.

Na Pesquisa de Orçamentos Familiares - POF 2008-2009, três enfoques temporais foram utilizados.

Período de realização da pesquisa

Para propiciar a estimação de orçamentos familiares que contemplem as alterações a que estão sujeitos ao longo do ano, as despesas e os rendimentos, definiu-se o tempo de duração da pesquisa em 12 meses. O período de realização da POF 2008-2009 teve início no dia 19 de maio de 2008 e término no dia 18 de maio de 2009.

Período de referência das informações sobre despesas e rendimentos

A investigação de uma grande diversidade de itens de despesas, com diferentes valores unitários e diferentes frequências de aquisição, requer definir períodos de observação variados. Em geral, as despesas de menor valor são aquelas normalmente realizadas com mais frequência, enquanto as despesas de maior valor são realizadas com menor frequência. Além disso, a memória das informações relacionadas com uma aquisição com valor mais elevado é preservada por um período de tempo mais longo. Assim, com o objetivo de ampliar a capacidade do informante para fornecer os valores das aquisições realizadas e as demais informações a elas associadas, foram definidos quatro períodos de referência: sete dias, 30 dias, 90 dias e 12 meses, segundo os critérios de frequência de aquisição e do nível do valor do gasto.

Os rendimentos e as informações a eles relacionadas são coletados segundo o período de referência de 12 meses.

Como a operação da coleta tem duração de 12 meses, os períodos de referência das informações sobre despesas e rendimentos não correspondem às mesmas datas para cada domicílio selecionado. Para cada informante, os períodos de referência foram estabelecidos como o tempo que antecede à data de realização da coleta no domicílio. A exceção é o período de referência de sete dias, que é contado no decorrer da entrevista.

Data de referência da pesquisa

Como as POFs combinam um período de coleta de 12 meses com períodos de referência de até 12 meses, adotado para alguns itens de despesa e para os rendimentos, as informações se distribuem em um período total de 24 meses. Durante os 24 meses mencionados, ocorrem mudanças absolutas e relativas nos preços, requerendo que os valores levantados na pesquisa sejam valorados a preços de uma determinada data.

Os dados de consumo alimentar pessoal foram pesquisados ao longo do ano de realização da pesquisa, para cada um dos moradores com 10 anos ou mais de idade, durante dois dias não consecutivos em uma subamostra de domicílios, propiciando uma avaliação do estado nutricional da população brasileira.

A data de referência fixada para a compilação, análise e apresentação dos resultados da POF 2008-2009 foi 15 de janeiro de 2009.

Domicílio

Domicílio é a unidade amostral da pesquisa, consistindo também em importante unidade de investigação e análise para caracterização das condições de moradia das famílias.

É a moradia estruturalmente separada e independente, constituída por um ou mais cômodos, sendo que as condições de separação e independência de acesso devem ser satisfeitas.

A condição de separação é atendida quando o local de moradia é limitado por paredes, muros, cercas e outros, quando é coberto por um teto e permite que seus moradores se isolem, arcando com parte ou todas as suas despesas de alimentação ou moradia.

A independência é atendida quando o local de moradia tem acesso direto, permitindo que seus moradores possam entrar e sair sem passar por local de moradia de outras pessoas.

Domicílio particular permanente

Destina-se à habitação de uma ou mais pessoas, ligadas por laços de parentesco, dependência doméstica ou normas de convivência, sendo todo ou parte destinado exclusivamente à moradia.

Na POF, em função de seus objetivos e características, somente foram pesquisados os domicílios particulares permanentes.

Unidade de consumo

A unidade de consumo é a unidade básica de investigação e análise dos orçamentos. Para efeito de divulgação da POF, o termo “família” é considerado equivalente à unidade de consumo.

A unidade de consumo compreende um único morador ou conjunto de moradores que compartilham da mesma fonte de alimentação, isto é, utilizam um mesmo estoque de alimentos e/ou realizam um conjunto de despesas alimentares comuns. Nos casos onde não existia estoque de alimentos nem despesas alimentares comuns, a identificação ocorreu através das despesas com moradia.

Pessoas

Pessoa moradora

Pessoa que tinha o domicílio como residência única ou principal e que não se encontrava afastada deste por período superior a 12 meses. Aquelas que se

achavam presentes por ocasião da coleta da pesquisa são consideradas moradores presentes. A pessoa é moradora ausente se, por ocasião da coleta, estava afastada temporariamente.

Características das pessoas

Dentre as características investigadas, foram de interesse neste estudo : idade e sexo.

Idade

A investigação da idade foi feita através da pesquisa do *dia*, *mês* e *ano* de nascimento da pessoa. Nas situações nas quais a pessoa não soube precisar a data de nascimento, registrou-se a idade em anos presumida pela pessoa ou estimada pelo agente de pesquisa. Para aplicação do Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, POF 7, a variável idade foi utilizada em anos completos.

Sexo

O registro correspondente ao sexo das pessoas do domicílio foi realizado utilizando as seguintes categorias: *masculino* e *feminino*.

Unidade de orçamento

Morador que teve alguma participação no orçamento da unidade de consumo no período de referência de 12 meses.

Os moradores ausentes, os moradores com menos de 10 anos de idade e os moradores cuja condição no domicílio fosse de empregado doméstico ou parente de empregado doméstico não foram pesquisados como unidade de orçamento. Nas situações de moradores com menos de 10 anos de idade, as aquisições e rendimentos correspondentes são registrados juntamente com os da pessoa responsável pelo menor.

A unidade de orçamento é representada por:

a) Unidade de orçamento despesa:

Morador cuja participação no orçamento da unidade de consumo representou a realização de aquisições que resultaram em despesas monetárias e/ou não monetárias.

b) Unidade de orçamento rendimento:

Morador cuja participação no orçamento da unidade de consumo representou qualquer tipo de ganho monetário - remuneração do trabalho, transferência, aluguel de imóvel, aplicações financeiras, entre outros. Também foram consideradas todas as pessoas que exerceram algum tipo de trabalho não remunerado, na produção de bens e serviços em ajuda na atividade econômica de pessoa da família ou para o consumo ou uso familiar.

Aspectos de amostragem

Planejamento da amostra

Em linhas gerais, o plano de amostragem adotado para a POF 2008-2009 é basicamente o mesmo que o implementado na POF 2002-2003, sendo, contudo, pertinente a inclusão de algumas explicações adicionais sobre a adoção da amostra mestra de setores censitários nas pesquisas domiciliares do IBGE e a influência desta no atual plano amostral da pesquisa. Ademais, para o estudo do consumo alimentar pessoal, trabalhou-se com subamostra de domicílios e a descrição desse procedimento é apresentada a seguir.

Com o objetivo de facilitar ainda mais a integração entre as suas diferentes pesquisas domiciliares, o IBGE tem trabalhado no planejamento do Sistema Integrado de Pesquisas Domiciliares, um amplo projeto que busca harmonizar conceitos e definições de variáveis comuns, procedimentos de coleta e listagem de setores censitários, dentre outros procedimentos fundamentais para a qualidade das pesquisas. Um ponto-chave para o sucesso desta integração se encontra na utilização de uma infraestrutura amostral comum, cadastro e amostra, definida especialmente para atender a diferentes pesquisas ao mesmo tempo. A amostra comum, denominada amostra mestra, é um conjunto de setores censitários, que são considerados unidades primárias de amostragem no planejamento amostral de cada uma das pesquisas que utilizarão essa infraestrutura comum.

É importante explicar que para a realização dos Censos Demográficos, por questões operacionais, os municípios do Brasil são divididos em áreas, denominadas setores censitários. Assim, como em outras pesquisas por amostragem realizadas pelo IBGE, a POF também possui em seu planejamento amostral um estágio de seleção de setores censitários e, na edição de 2008-2009, utilizou como base de seleção a amostra mestra desenhada no âmbito do planejamento do referido sistema.

A amostra mestra permite então que várias subamostras possam ser selecionadas a partir de seu conjunto de setores censitários, conjunto este selecionado segundo a metodologia estabelecida (FREITAS et al., 2007) a partir de um cadastro inicial contendo todos os setores censitários disponíveis à época do Censo Demográfico 2000. A amostra de setores censitários da POF 2008-2009 é uma das possíveis subamostras da amostra mestra.

Um dos aspectos específicos para a definição da amostra da POF refere-se principalmente à questão da estratificação dos setores censitários, não somente com relação à estratificação geográfica, mas também com relação à estratificação estatística. Para atender a essa característica historicamente presente nas amostras das POFs e expandi-las a outras pesquisas por amostra, a metodologia de estratificação definida para a seleção da amostra mestra levou em consideração esses aspectos em sua construção. Ademais, esse procedimento agrega ganhos importantes de eficiência das amostras *vis-à-vis* a precisão das estimativas produzidas a partir das pesquisas. A amostra mestra foi implementada levando-se em consideração o seguinte esquema de estratificação:

1. Divisão administrativa: Municípios das Capitais, Regiões Metropolitanas e Regiões Integradas de Desenvolvimento - RIDES;
2. Espacial/geográfica: áreas de ponderação, municípios;

3. Situação dos setores censitários: urbana ou rural; e
4. Estatística: a partir da variável renda do responsável, obtida no Censo Demográfico 2000.

Uma vez que a seleção dos setores censitários para formar o conjunto de setores da amostra mestra respeitou o esquema de estratificação apresentado, a condição da amostra da POF 2008-2009, como uma subamostra selecionada a partir deste conjunto, por um lado, implicou na subordinação ao sistema de estratificação predefinido para o conjunto das pesquisas amostrais, e, por outro, manteve a possibilidade de comparação com o esquema de estratificação adotado nas edições anteriores, especialmente na POF 2002-2003.

O esquema de estratificação da amostra mestra é bem detalhado, principalmente no que se refere à estratificação geográfica, e para atender a características próprias da POF alguns destes níveis puderam ser agrupados, sem perda das características fundamentais da estratificação original. Desde a implementação das POFs, é assegurada a obtenção de resultados da pesquisa para alguns domínios de estimação, isto é feito considerando estes domínios no esquema de estratificação. Apesar de a estratificação ser diferente nesta edição, é possível reproduzir a estratificação das edições anteriores agregando estratos, como dito anteriormente, desta forma pode-se comparar resultados obtidos para os mesmos domínios. Exemplos de domínios para os quais é possível gerar resultados são: Municípios das Capitais, situação urbana, e áreas urbanas das Regiões Metropolitanas, estas últimas incluindo o Município da Capital. As Regiões Metropolitanas levadas em conta na estratificação das edições anteriores, desde a POF 1987-1988, foram mantidas na POF 2008-2009: Belém, Fortaleza, Recife, Salvador, Belo Horizonte, Rio de Janeiro, São Paulo, Curitiba e Porto Alegre. Em relação à POF 2002-2003, há uma diferença, que é a não inclusão da Região Administrativa de Brasília, que não foi separada para compor um estrato geográfico.

Com relação ao último nível do esquema de estratificação da amostra mestra, dentro de cada estrato geográfico definido, foram então calculados um quantitativo de estratos estatísticos, cujo número total foi diferente para cada Unidade da Federação, considerando as respectivas particularidades. Para a construção dos estratos estatísticos (socioeconômicos), a variável renda total do responsável pelo domicílio, obtida a partir dos resultados do Censo Demográfico 2000, foi utilizada para efeito dos cálculos. A estratificação estatística que é empregada na amostra da POF 2008-2009 é exatamente aquela proveniente da amostra mestra.

Com as explicações anteriores e considerando as definições das técnicas de amostragem, no âmbito da teoria estatística, é possível identificar que, para a POF 2008-2009, adotou-se um plano amostral denominado como conglomerado em dois estágios, com estratificações geográfica e estatística das unidades primárias de amostragem que correspondem aos setores da base geográfica do Censo Demográfico 2000, a partir da estrutura oferecida pela amostra mestra desenhada pelo IBGE para o Sistema Integrado de Pesquisas Domiciliares - SIPD em construção. Os setores foram selecionados por amostragem com probabilidade proporcional ao número de domicílios existentes no setor, dentro de cada estrato final, compondo a amostra mestra. A subamostra de setores para a POF 2008-2009 foi selecionada por amostragem aleatória simples em cada estrato. No plano adotado, as unidades secundárias de amostragem foram os domicílios particulares permanentes, que foram selecionados

por amostragem aleatória simples sem reposição, dentro de cada um dos setores selecionados. Em seguida ao processo de seleção de setores e domicílios, os setores são distribuídos ao longo dos quatro trimestres da pesquisa, garantindo que, em todos os trimestres, os estratos geográfico e socioeconômico estejam representados através dos domicílios selecionados.

Dimensionamento da amostra

O tamanho da amostra de setores foi determinado em função do tipo de estimador utilizado e do nível de precisão fixado para estimar o total dos rendimentos das pessoas moradoras responsáveis pelos domicílios, obtidos a partir dos dados do Censo Demográfico 2000, e, ainda, levando em consideração o número esperado de domicílios com entrevistas realizadas em cada setor, segundo cada domínio de estimação considerado. Foram identificados dois níveis geográficos de controle para o cálculo do tamanho da amostra, a saber: área urbana de cada Unidade da Federação e área rural de cada Grande Região.

Foram fixados diferentes coeficientes de variação para estimar com a precisão desejada o total da renda dos responsáveis pelos domicílios, segundo os diferentes domínios de estimação. Os níveis de precisão fixados foram estabelecidos a partir das análises realizadas com as precisões para a mesma variável e calculados a partir dos dados da POF 2002-2003. Para estimar o total nas Unidades da Federação da Região Norte, foram fixados coeficientes de variação que variaram de 10% a 15%. Para a Região Nordeste, os coeficientes fixados ficaram entre 5% e 10%. No caso das Regiões Sudeste e Sul, a variação dos coeficientes ficou entre 3% e 7%. Por último, na Região Centro-Oeste, os coeficientes de variação variaram entre 8% e 10%.

A alocação da amostra total de setores selecionados em cada estrato foi proporcional ao número total de domicílios particulares permanentes no estrato, com a condição de haver pelo menos três setores na amostra de cada estrato. Foram fixados os números de domicílios com entrevistas por setor de acordo com a área da pesquisa: 12 domicílios nos setores urbanos e 16 nos setores rurais. O tamanho efetivo da amostra foi de 4 696 setores, correspondendo a um número esperado de 59 548 domicílios com entrevista.

Seleção da amostra

A seleção de setores para compor a amostra mestra ocorreu de forma independente em cada estrato proporcional ao número de domicílios do setor da malha setorial do Censo Demográfico 2000. Os setores da amostra da POF 2008-2009, por sua vez, foram selecionados a partir dos setores da amostra mestra, através de um procedimento de seleção definido como amostra aleatória simples.

Através do procedimento explicado, foram então selecionados os 4 696² setores para a amostra da pesquisa, de um total de 12 800 setores pertencentes à amostra mestra. Após o procedimento de seleção dos setores e a alocação desses setores nos quatro trimestres da pesquisa, deu-se início ao processo de atualização (operação de listagem) dos cadastros de endereços dos domicílios (cadastro de seleção). Nesta pesquisa, tal processo foi realizado em quatro etapas, contemplando cada um dos

² Dos 4 696 setores, dois apresentaram todas as entrevistas como não realizadas, sendo então seus fatores de expansão redistribuídos pelos outros setores do mesmo estrato.

trimestres da pesquisa. A decisão por essa periodicidade trimestral para o processo de atualização foi tornar o cadastro o mais atualizado possível para a realização de cada etapa de seleção dos domicílios para compor a amostra a ser entrevistada a cada trimestre. O objetivo da atualização do cadastro de seleção é o de minimizar a perda de entrevistas por motivos, tais como: domicílio que já deixou de existir, domicílio em ruínas, etc.

Mesmo com todos os cuidados com a atualização do cadastro de seleção, avaliou-se pela pertinência de se ampliar o número de entrevistas, prevenindo eventuais perdas ao longo da fase de coleta das informações, por recusa do morador ou por não conseguir abrir o domicílio, por exemplo. Sendo assim, para esta pesquisa, estimou-se uma perda média de 15% das entrevistas e acréscimo de igual proporção foi atribuído ao total de domicílios a serem selecionados por setor da amostra. Em termos práticos, para compensar as perdas futuras com entrevistas não realizadas, foi selecionado, em cada setor urbano, um total de 13 domicílios, enquanto para os setores de situação rural foram selecionados 18 domicílios.

Com base nas informações das listagens dos domicílios, foram identificados aqueles setores com altas taxas de crescimento em relação às informações do Censo Demográfico 2000 e com elevadas taxas de domicílios fechados. Nesses setores, foram feitos acréscimos maiores, no momento da seleção, até o limite de 28 domicílios para os setores das áreas urbana e rural, com a finalidade de compensar eventuais perdas na precisão das estimativas.

De posse do total de domicílios listados e do número de domicílios a serem efetivamente selecionados por setor, realizou-se a seleção aleatória sem reposição dos domicílios, independente em cada setor.

Visando garantir a distribuição dos estratos da amostra ao longo dos 12 meses de duração da pesquisa, os setores de cada estrato foram aleatoriamente alocados por trimestre e seus domicílios espalhados ao longo do mesmo. Este processo de alocação visa a observação, para domicílios de todos os estratos, das naturais variações dos padrões de consumo conforme as épocas do ano.

Dimensionamento e seleção da subamostra de domicílios para a investigação do consumo alimentar pessoal

Em função das características específicas requeridas para a aplicação do Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, como, por exemplo, um número maior de retornos ao domicílio por parte do agente de coleta, com o objetivo de conferir os registros dos informantes, ficou estabelecido que a cada quatro domicílios selecionados para a amostra da POF 2008-2009, um deles foi selecionado para responder sobre o consumo alimentar pessoal de seus moradores. Definiu-se também que a investigação se realizaria em todos os setores selecionados para a realização da POF 2008-2009.

Em geral, os setores urbanos selecionados na amostra da pesquisa tiveram cerca de 13 domicílios selecionados e, sendo assim, quatro destes também foram selecionados para a subamostra. Para os setores rurais da pesquisa, o total de domicílios selecionados para formar a amostra original da pesquisa foi, na maioria dos setores, de 18 domicílios por setor. Logo, para estes setores, cinco domicílios dos 18 selecionados fizeram também parte da subamostra para aplicação do Bloco de

Consumo Alimentar Pessoal. Os domicílios foram selecionados de forma aleatória dentre os domicílios que fizeram parte da amostra original da pesquisa.

A Tabela 1, a seguir, apresenta o total de domicílios da amostra da POF 2008-2009, bem como o total da subamostra de domicílios cujos moradores responderam sobre o consumo alimentar, além do total de pessoas moradoras que preencheram o Bloco de Consumo Alimentar Pessoal.

Tabela 1 - Número de setores selecionados, total de domicílios entrevistados na amostra e com consumo alimentar pessoal e número de pessoas na subamostra, segundo as Unidades da Federação - período 2008-2009

Unidades da Federação	Número de setores selecionados	Número de domicílios entrevistados na amostra		Número de pessoas na subamostra
		Total POF	Consumo Alimentar (subamostra)	
Brasil	4 696	55 970	13 569	34 003
Rondônia	73	907	230	569
Acre	66	863	235	608
Amazonas	105	1 344	402	1 105
Roraima	55	644	149	329
Pará	156	1 894	470	1 266
Amapá	44	689	161	499
Tocantins	102	1 270	333	898
Maranhão	209	2 562	599	1 526
Piauí	153	2 056	548	1 551
Ceará	143	1 861	441	1 175
Rio Grande do Norte	113	1 342	330	874
Paraíba	128	1 628	342	959
Pernambuco	193	2 367	582	1 499
Alagoas	246	2 712	649	1 642
Sergipe	141	1 654	449	1 150
Bahia	245	3 050	850	2 239
Minas Gerais	439	5 028	1 238	2 960
Espírito Santo	330	3 489	376	841
Rio de Janeiro	171	1 938	512	1 228
São Paulo	294	3 623	938	2 273
Paraná	231	2 477	635	1 558
Santa Catarina	182	2 029	548	1 349
Rio Grande Do Sul	189	2 210	535	1 260
Mato Grosso do Sul	166	2 247	591	1 402
Mato Grosso	208	2 423	543	1 213
Goiás	197	2 686	749	1 754
Distrito Federal	117	977	134	276

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Consumo alimentar pessoal

As informações sobre o consumo alimentar pessoal foram registradas nos dois quadros destinados ao preenchimento das informações sobre os alimentos e bebidas efetivamente consumidos no domicílio ou fora dele, no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal.

Principais aspectos da coleta de informações

São apresentados, de forma resumida, os procedimentos gerais de coleta da POF 2008-2009, com destaque e detalhamento para aqueles relacionados com as informações sobre alimentos e bebidas consumidos pelas pessoas.

Instrumentos de coleta

A definição de instrumentos de coleta requer que alguns aspectos sejam considerados, tais como características dos locais onde a pesquisa será realizada, para possibilitar ao informante a precisão das respostas e determinar o ritmo da entrevista. Além disso, as experiências de trabalhos anteriores do próprio IBGE, bem como de outras instituições nacionais e internacionais, são levadas em conta. Questões, como períodos de referência dos dados, registros diários e método recordatório, podem ser citadas como fatores específicos que determinam os instrumentos de coleta numa POF.

Os instrumentos de coleta utilizados na POF 2008-2009, organizados segundo o tipo de informação pesquisada, foram: Questionário de Características do Domicílio e dos Moradores; Questionário de Aquisição Coletiva; Caderneta de Aquisição Coletiva; Questionário

de Aquisição Individual; Questionário de Trabalho e Rendimento Individual; Questionário de Condições de Vida; e Bloco de Consumo Alimentar Pessoal.

Bloco de Consumo Alimentar Pessoal

O Bloco de Consumo Alimentar Pessoal foi pesquisado em uma subamostra de domicílios, selecionados aleatoriamente da POF 2008-2009. O bloco foi aplicado a cada um dos moradores com 10 anos ou mais de idade, pertencentes à(s) unidade(s) de consumo existente(s) no domicílio. As anotações dos registros foram realizadas pelos próprios informantes e complementadas mediante entrevistas nas quais o Agente de Pesquisa, inicialmente, revisava o preenchimento realizado pelo informante, complementando quando necessário. Em seguida, foi realizada a transcrição dos registros para o sistema de entrada de dados.

O instrumento foi estruturado em três quadros, sendo um quadro para a identificação e controle, e outros dois quadros destinados aos registros das informações sobre o consumo diário dos alimentos. Nos quadros destinados aos registros de consumo, os informantes anotaram todos os alimentos (inclusive refeições prontas) e bebidas que consumiram ao longo de 24 horas. Nestes quadros foram também registradas, além dos tipos de alimentos consumidos, o horário (em horas inteiras), as quantidades consumidas em unidades de medidas caseiras, a forma de preparação, bem como a fonte do alimento (dentro ou fora do domicílio).

Cada morador, com 10 anos ou mais de idade, registrou em dois dias não consecutivos seu consumo individual. Nas situações onde o informante esteve impedido de preencher os seus registros diários, opcionalmente estes registros foram preenchidos com o auxílio de outro morador do domicílio ou uma pessoa indicada pelo mesmo.

No caso das preparações contendo mais de um tipo de alimento, para o preenchimento dos registros, os informantes foram orientados a detalhar sua composição. Entretanto, quando o detalhamento da preparação não foi possível, a orientação era de registrar apenas o nome específico da preparação. Como exemplo: feijoadá, vatapá, etc.

Com o intuito de orientar sobre o modo de registro dos alimentos consumidos e facilitar o preenchimento do Bloco de Consumo Alimentar Pessoal, os informantes receberam um material instrucional que incluía fotografias de utensílios e vasilhames frequentemente utilizados para servir alimentos e bebidas, os quais eram identificados pela sua denominação.

Os registros eram revisados pelos agentes de pesquisa junto com os moradores e as informações digitadas em um computador portátil no próprio domicílio, utilizando programa de entrada de dados específico.

Com o objetivo de minimizar os erros de informação, ao revisar os registros, os agentes de pesquisa observavam alguns procedimentos:

1. quando não havia registro de nenhum alimento num intervalo de pelo menos três horas, os agentes de pesquisa foram orientados a confirmar com o entrevistado se realmente não ocorreu consumo de qualquer produto nesse período;

2. quando menos de cinco itens eram registrados ao longo de um dia, os agentes de pesquisa deveriam perguntar ao morador se outros alimentos foram consumidos e não haviam sido registrados; e
3. os agentes de pesquisa também foram orientados a indagar sobre o consumo de alimentos usualmente omitidos em inquéritos alimentares como os pequenos lanches, balas, doces, café, refrigerantes, e outras bebidas, seguindo o método dos múltiplos passos para preenchimento de recordatórios de 24 horas (MOSHFEIGH et al., 2008).

O programa de entrada de dados para registros alimentares continha uma base de dados (cadastro de alimentos e bebidas) de aproximadamente 1 500 itens que foram selecionados com base nos dados de aquisição de alimentos e bebidas da POF 2002-2003. Contudo, caso fosse necessário, os agentes de pesquisa poderiam incluir novos alimentos ou bebidas (itens) que não constassem nessa base.

Cabe destacar que a forma de preparo pode alterar a composição nutricional dos alimentos e, sendo assim, o relato da forma de preparação era obrigatória para a seleção dos itens no cadastro de alimentos, principalmente para as carnes e legumes. No programa de entrada de dados, foram disponibilizadas 15 opções para a “forma de preparação”, além da opção “Não se aplica” (Quadro 1).

Quadro 1 - Cadastro de preparações de alimentos

Código	Preparação	Código	Preparação
1	Cru(a)	9	Molho branco
2	Cozido(a)	10	Ao alho e óleo
3	Grelhado(a)/Brasa/Churrasco	11	Com manteiga/Óleo
4	Assado(a)	12	Ao vinagrete
5	Frito(a)	13	Ensopado
6	Empanado(a)/A milanesa	14	Mingau
7	Refogado(a)	15	Sopa
8	Molho vermelho	99	Não se aplica

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Para o registro da variável quantidade consumida, fundamental para as futuras análises nutricionais, o programa apresentou 106 opções de unidades de medida (Quadro 2). Nas ocasiões em que os agentes de pesquisa encontraram em algum registro de alimento dúvidas ou ausência da informação da variável, estes foram orientados a solicitar aos informantes que apresentassem o utensílio utilizado para consumir o alimento ou a embalagem do alimento, no caso de produtos industrializados. Com relação ao tipo de copo utilizado para consumo de alimentos líquidos, quando o informante não sabia especificá-lo, os agentes foram orientados para registrarem a unidade de medida de copo médio. Quando houve referência ao “copo de geleia” (que não constava da lista de unidades de medida), registrou-se copo americano.

Quadro 2 - Cadastro de unidades de medida

Código	Medidas	Código	Medidas
1	Asa	54	Garrafa (600 ml)
2	Bago	55	Garrafa (650 ml)
3	Banda	56	Garrafa (900 ml)
4	Barra	57	Garrafa (910 ml)
5	Bife	58	Garrafa (980 ml)
6	Bisnaga	59	Garrafa (1 l)
7	Bola	60	Garrafa (1,25 l)
8	Cacho	61	Garrafa (1,5 l)
9	Caneca	62	Garrafa (1,75 l)
10	Caneco	63	Garrafa (2 l)
11	Casquinha	64	Garrafa (2,25 l)
12	Colher de arroz/servir	65	Garrafa (2,5 l)
13	Colher de café	66	Garrafa (não especificada)
14	Colher de chá	67	Gomo
15	Colher de sobremesa	68	Gramas
16	Colher de sopa	69	Lata (250 ml)
17	Concha	70	Lata (335 ml)
18	Copo americano	71	Lata (340 ml)
19	Copo de cafezinho	72	Lata (350 ml)
20	Copo de requeijão	73	Lata (354 ml)
21	Copo grande	74	Lata (473 ml)
22	Copo médio	75	Lata (não especificada)
23	Copo tulipa	76	Litro
24	Costela	77	Maço
25	Coxa	78	Metade
26	Cumbuca	79	Mililitro
27	Dose	80	Pacote
28	Escumadeira	81	Pedaço
29	Espetinho	82	Pegador
30	Espeto	83	Peito
31	Espiga	84	Pescoço
32	Fatia	85	Pires
33	Filé	86	Ponta de faca
34	Folha	87	Porção
35	Garfada	88	Punhado
36	Garrafa (200 ml)	89	Posta
37	Garrafa (237 ml)	90	Pote
38	Garrafa (248 ml)	91	Prato de sobremesa
39	Garrafa (250 ml)	92	Prato fundo
40	Garrafa (275 ml)	93	Prato raso
41	Garrafa (284 ml)	94	Quilo
42	Garrafa (290 ml)	95	Ramo
43	Garrafa (300 ml)	96	Rodela
44	Garrafa (320 ml)	97	Sachê
45	Garrafa (330 ml)	98	Saco
46	Garrafa (350 ml)	99	Sobrecoxa
47	Garrafa (355 ml)	100	Tablete
48	Garrafa (400 ml)	101	Taça
49	Garrafa (450 ml)	102	Tigela
50	Garrafa (500 ml)	103	Unidade
51	Garrafa (510 ml)	104	Unidade pequena
52	Garrafa (550 ml)	105	Xícara de café
53	Garrafa (591 ml)	106	Xícara de chá

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Compilação das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos Consumidos no Brasil

A principal finalidade de se estimar a composição nutricional dos alimentos relatados na POF 2008-2009 é permitir a estimativa da prevalência de inadequação do consumo de nutrientes, o que é relevante para o estabelecimento de políticas e programas nacionais de alimentação e nutrição. Justifica-se ainda, disponibilizar as tabelas que consolidam dados referentes à composição nutricional dos alimentos citados na pesquisa, contemplando, assim, uma grande quantidade de alimentos consumidos no Brasil. Assim, o conjunto de tabelas compiladas, além de complementar a documentação metodológica do estudo *Análise do Consumo Alimentar Pessoal*, objeto de divulgação em publicação específica, será material de apoio importante a outras pesquisas e investigações na área de nutrição no País.

O conjunto de tabelas compiladas a partir da POF 2008-2009 leva em conta a Tabela Brasileira de Composição de Alimentos - TACO, da Universidade Estadual de Campinas - UNICAMP, uma importante referência para os pesquisadores nacionais (Tabela..., 2006). No entanto, a TACO exigiu complementação sob alguns aspectos, uma vez que ainda não contempla todos os alimentos citados na pesquisa e várias preparações regionais, como feijoada, mocotó, rabada, bem como as várias formas de preparações para carnes, legumes, entre outros. Ademais, a composição de carnes, legumes, arroz e feijão cozidos, disponível na TACO, não inclui a adição de nenhum tipo de ingrediente, como sal, óleo e condimentos. A TACO também não possui informações para nutrientes como o ácido fólico, vitaminas E, D e B12, total de gordura *trans* e selênio.

Assim, para a compilação do conjunto de tabelas aqui apresentadas, recorreu-se a fontes complementares de dados de composição de alimentos. As informações sobre a composição nutricional dos alimentos e preparações, além de se basearem na TACO, foram obtidas na base de dados *Nutrition Data System for Research - NDSR*, da Universidade de Minnesota, entre outras fontes listadas no Quadro 3.

Quadro 3 - Fontes de referência utilizadas na compilação das informações sobre a composição nutricional dos alimentos

Código	Fontes de referência utilizadas na compilação das informações sobre a composição nutricional dos alimentos
1	UNIVERSITY OF MINNESOTA. <i>Nutrition Coordinating Center. Nutrition data system for research - NDSR</i> . Version 2008. Minneapolis, 2008. Disponível em: < http://www.ncc.umn.edu/products/ndsr.html >. Acesso em: maio 2011.
2	TABELA brasileira de composição de alimentos - TACO. Versão 2. 2. ed. Campinas: Universidade Estadual de Campinas - Unicamp, Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação - NEPA, 2006. Disponível em: < http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_versao2.pdf >. Acesso em: maio 2011.
3	BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. <i>Alimentos regionais brasileiros</i> . Brasília, DF, 2002. 40 p. (Série F. Comunicação e educação em saúde, n. 21). Disponível em: < http://89.28.128.100/nutricao/docs/geral/alimentos_regionais_brasileiros.pdf >. Acesso em: maio 2011.
4	MARTINS, I. (Comp.). <i>Tabela da composição de alimentos</i> . Lisboa: Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Centro de Segurança Alimentar e Nutrição, 2007. 355 p.
5	NAVES, M. M. V. et al. <i>Culinária goiana: valor nutritivo de pratos tradicionais</i> . Goiânia: Kelps, 2004. 82 p.
6	PACHECO, M. <i>Tabela de equivalentes, medidas caseiras e composição química dos alimentos</i> . Rio de Janeiro: Rubio, 2006. 654 p.
7	Rótulos de produtos ou alimentos.
8	Referência mista: quando foi utilizada mais de uma fonte de referência para compor uma única preparação.
9	Informação fornecida pela pesquisadora Lucia Yuyama, do Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia - INPA.

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Descrição das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos

Na presente publicação, são apresentados cinco modelos de Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos, constituídas, exclusivamente, pelos alimentos e preparações citados no Bloco de Consumo Alimentar Pessoal.

Nas Tabelas 1, 2, 3 e 4, a primeira coluna contém código e descrição do alimento (cadastro de alimentos consumidos). Os alimentos estão organizados por códigos, sendo estes agrupados de maneira que os dois primeiros dígitos caracterizam os grandes grupos de alimentos (por exemplo: o grupo dos cereais e leguminosas abrange os códigos 6300101 a 6304901). Esta coluna apresenta a denominação do alimento como constava no programa de entrada de dados disponibilizado para os agentes de pesquisa do IBGE.

A segunda coluna das Tabelas 1, 2, 3 e 4 se refere ao código e descrição da preparação (cadastro de preparações de alimentos, apresentado no Quadro 1). Para alimentos usualmente consumidos em diversas formas de preparação foram obtidas as informações nutricionais, quando possível, para cada tipo de preparação, como foi o caso das carnes e derivados. Para aqueles alimentos, cuja forma de preparação era sabidamente única, ou para os quais uma forma de preparar é fortemente majoritária, a forma de preparação não foi questionada e a composição nutricional contemplou a maneira mais frequente do consumo desses alimentos. Este foi o caso do arroz, cuja composição sempre é dada para o alimento cozido. Esses alimentos, quando referidos, foram relacionados com o código 99 correspondente à opção "Não se aplica" do cadastro de preparações de alimentos.

A partir da terceira coluna dessas tabelas, são apresentados, segundo os grupos definidos, os diferentes nutrientes considerados na presente compilação.

A Tabela 5 apresenta código e descrição do alimento e código e descrição da preparação e, na terceira coluna, código e descrição do alimento como consta na fonte de referência utilizada na compilação das informações sobre a composição nutricional (Quadro 3). Cabe ressaltar que as informações retiradas da base de dados *Nutrition Data System for Research - NDSR* estão descritas na forma original, ou seja, em Inglês.

Todas as tabelas apresentam a composição nutricional por 100 gramas de parte comestível do alimento (Quadro 4), assim organizadas:

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra;

Tabela 2 - Gorduras e açúcar;

Tabela 3 - Minerais;

Tabela 4 - Vitaminas; e

Tabela 5 - Fonte de referência utilizada para a obtenção da composição nutricional dos alimentos.

As informações sobre selênio, equivalente de niacina, cobalamina (vitamina B12), equivalente dietético de folato, vitamina D e vitamina E foram obtidas somente para os alimentos cuja composição nutricional foi retirada da base de dados NDSR.

As informações sobre açúcar de adição e açúcar total para alimentos cuja composição foi obtida na TACO foram estimadas a partir dos valores encontrados na base NDSR para alimentos similares, destacando-se que, nesses casos, a quantidade total de carboidratos foi similar nas duas fontes de referência. Nessa situação, incluem-se, por exemplo, os biscoitos salgados, biscoitos doces simples e biscoitos doces recheados.

Para ácidos graxos *trans* total foram considerados os valores disponíveis na base de dados NDSR e, para alimentos retirados da TACO, o total de ácidos graxos *trans* representa a soma do ácido graxo *trans* 18:1 t (Trans-octadecenóico) e o ácido graxo *trans* 18:2 t (Trans-octadecadienóico).

Alguns valores de nutrientes retirados da TACO apresentam as siglas NA (Não aplicável) e Tr (Traço), este último representa valores abaixo dos limites de quantificação. Também há alguns nutrientes indicados com um asterisco (*), significando que as análises estão sendo reavaliadas. Para os demais nutrientes retirados de outras fontes de referência, a ausência de informação nutricional pode indicar que o nutriente não foi analisado, como ocorre para os rótulos de produtos comerciais e os alimentos regionais brasileiros. Nestes casos e também para as situações de valores nutricionais ausentes, na compilação dos nutrientes, adotou-se a convenção “-” (travessão).

Quadro 4 - Nutrientes e suas respectivas unidades de medida

Nutrientes	Unidade de medida
Energia	kcal
Proteína	g
Lípidos totais	g
Carboidrato	g
Fibra alimentar total	g
Cálcio (Ca)	mg
Magnésio (Mg)	mg
Manganês (Mn)	mg
Fósforo (P)	mg
Ferro (Fe)	mg
Sódio (Na)	mg
Sódio de adição	mg
Potássio (K)	mg
Cobre (Cu)	mg
Zinco (Zn)	mg
Selênio (Se)	mcg
Retinol	mcg
Vitamina A (Equivalente de atividade de Retinol)	mcg
Tiamina (Vitamina B1)	mg
Riboflavina (Vitamina B2)	mg
Niacina (Vitamina B3)	mg
Equivalente de Niacina	mg
Piridoxina (Vitamina B6)	mg
Cobalamina (Vitamina B12)	mcg
Folato (Equivalente dietético de Folato)	mcg
Vitamina D (Calciferol)	mcg
Vitamina E (Total de Alpha-Tocopherol)	mg
Vitamina C	mg
Colesterol	mg
Ácidos graxos saturados	g
Ácidos graxos monoinsaturados	g
Ácidos graxos poliinsaturados	g
Ácido graxo poliinsaturado 18:2 (Linoléico)	g
Ácido graxo poliinsaturado 18:3 (Linolênico)	g
Ácidos graxos trans total	g
Açúcar total	g
Açúcar de adição	g

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Critérios adotados na compilação das Tabelas de Composição Nutricional dos Alimentos

Foi mantida uma mesma fonte de referência de composição nutricional para algumas formas de preparação de um mesmo alimento, como também para as variações de cada alimento (*diet, light, etc.*). Por exemplo, para o “pão de forma industrializado” e suas versões *diet*, “pão *diet* (de forma industrializado)” e *light*, “pão *light* (de forma industrializado)”; utilizaram-se as informações da base de dados NDSR.

Para compor a informação nutricional dos alimentos dos grupos dos vegetais, legumes, carnes e massas, considerou-se a composição nutricional do alimento cozido para as preparações: “crua”, “cozida”, “grelhado(a)/brasa/churrasco”, “assada”, “ao vinagrete”.

As composições nutricionais dos alimentos consideraram a adição de óleo de soja ou manteiga ou preparação à milanesa nas seguintes preparações: “refogada”; “ensopada”; “frita”; “ao alho e óleo”; “com manteiga/óleo”; e “empanada ou à milanesa”. Essas adições de ingredientes, bem como a quantidade adicionada, foram aquelas padronizadas na base NDSR.

Para as preparações ao “molho vermelho” e ao “molho branco” foram consideradas a composição nutricional de 80 g do alimento cozido somada a 20 g dos respectivos molhos. Para todas as preparações com “molho vermelho” foi considerado o “*Sauce, tomato, regular*” e com “molho branco” foi considerado o “*Sauce, white, homemade, made with milk*”.

Dada a importância do sódio de adição no consumo brasileiro, estimou-se o “sódio de adição” para os alimentos usualmente consumidos com sal. A quantidade de sódio de adição dos alimentos foi estimada a partir dos dados obtidos na base NDSR comparando a com-

posição nutricional de um alimento com e sem a adição de sódio. Assim, o nutriente sódio de adição para as carnes bovinas foi igual a 333 mg por 100 g de produto, que é a quantidade de sódio de adição informada na base NDSR para esses alimentos. O nutriente "sódio" representa o sódio intrinsecamente presente nos alimentos e também o sódio presente em produtos comerciais e nas preparações mistas, tais como: *pizza*, *rabada*, *feijoada*, entre outros. Este procedimento se justifica porque para essas preparações é difícil separar o sódio do alimento e o sódio de adição.

Quando não foi possível obter a composição nutricional para um alimento ou preparação, optou-se por apresentar as informações nutricionais de alimentos ou preparações similares disponíveis nas fontes de referência. Algumas adaptações foram realizadas devido à falta de informação nutricional para as diversas formas de preparação de um mesmo alimento, como no caso das sopas.

- Para as sopas (código de preparação 15) foram utilizadas informações sobre preparações disponíveis na base de dados NDSR.
 - Para as sopas de verduras e legumes, a composição nutricional considerada foi a da "sopa de vegetais" ("*Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe*").
 - Para sopas que incluíam carnes bovina, caprina e suína foi considerada a composição nutricional da "sopa de carne bovina com batata" ("*Soup, beef, with potato*").
 - Para as sopas contendo frango e aves foi considerada a composição nutricional da "canja de galinha" ("*Soup, chicken, with rice, prepared from recipe*").
 - Para sopas que incluíam peixes foi considerada a composição nutricional da "sopa de peixe" ("*Soup, fish, chowder*").
- Para alguns alimentos só foi obtida a composição nutricional das formas de preparação mais usuais. Este foi o caso, por exemplo, do "macarrão"; para o qual foram consideradas: macarrão cozido ("*Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used*"), macarrão ao alho e óleo ("*Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used*"), macarrão com molho de tomate ("*Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with tomato sauce, without meat ou poultry, from recipe*"), macarrão com molho branco ("*Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with white sauce, from recipe*") e macarrão com manteiga/óleo ("*Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used, butter, regular*"). Para as demais formas de preparação citadas para o macarrão, foi considerada a composição nutricional do "macarrão cozido".
- Para os alimentos dos grupos das carnes, legumes, leguminosas, cereais e massas, as informações sobre a composição do alimento cru não foram incluídas nas tabelas, visto que tais alimentos raramente são consumidos na forma crua.
- Não se observaram diferenças na composição nutricional dos alimentos do grupo das carnes preparadas como cozidas, grelhadas ou assadas na base NDSR. Por isso, não há distinção da composição nutricional das carnes, segundo estas formas de preparação.

- Foram adicionados 6% de óleo de soja à composição do “cupim assado” (disponível na TACO) para estimar a composição nutricional do “cupim frito”, conforme descrito no manual de receitas e medidas caseiras de Fisberg e Villar (2002) para a preparação frita de carne bovina. O mesmo foi feito para a “preparação frita da carne seca”.
- A composição nutricional da mandioca também foi retirada da TACO e suas preparações fritas foram acrescidas de 5% de óleo de soja.
- Para a obtenção da composição nutricional da couve-flor “empanada ou à milanesa” foi considerada a composição do alimento cozido adicionada uma receita de preparação à milanesa.
- Foi adicionado 0,98 ml de óleo de soja em 100 g da composição nutricional do “arroz branco e integral” obtidos na TACO. Nesse caso, optou-se pela composição da TACO, uma vez que se observou excessiva quantidade de ferro na informação nutricional do arroz da base NDSR.
- A composição nutricional do “feijão (nas suas diversas variedades: preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)” disponível na base NDSR, apresentou quantidade de energia (kcal) acima do esperado, segundo a informação nutricional de feijão contida na TACO. Por isso, optou-se por fazer uma receita de feijão na base NDSR que consistiu em diluir o alimento numa proporção que permitisse a obtenção de uma composição nutricional semelhante à brasileira. Essa diluição consistiu em 60% do alimento e 40% de água.
- A informação nutricional do “fruto açaí” foi obtida na fonte *Alimentos regionais brasileiros*, do Ministério da Saúde (BRASIL..., 2002), sendo que a informação do seu conteúdo de fibra foi retirada de outra fonte de referência (YUYAMA et al., 2002), considerando o valor médio de fibras total, solúvel e insolúvel.
- A composição nutricional da “jurubeba” foi retirada da TACO, contudo a informação nutricional de fibra foi obtida na fonte *Alimentos regionais brasileiros*, do Ministério da Saúde (BRASIL..., 2002).
- Dada a ausência de informação nutricional para algumas preparações, foi necessário estimar as suas respectivas composições nutricionais por meio da inclusão de receitas na base NDSR. Essas receitas foram retiradas da publicação *Culinária goiana: valor nutritivo de pratos tradicionais* (NAVES, 2004) e de *sites* de receitas. Este foi o caso de preparações regionais (por exemplo: feijão tropeiro, vatapá, maniçoba, entre outros); de doces brasileiros (exemplos: brigadeiro, ambrosia, queijadinha, paçoca, entre outros); e de bebidas (por exemplo: caipirinha).
- Preparações como mingau de banana, café com leite ou farinha, abóbora com quiabo, arroz com ovo, farofa de banana, carne com legumes, frango com legumes, legumes cozidos, vaca atolada, entre outras, foram estimadas pela combinação dos respectivos alimentos. Para tanto, foi padronizado que a maioria das preparações com dois alimentos iriam incluir 50% de cada alimento.
- Estimou-se a composição de itens como pão com manteiga ou margarina ou ovo, somando a composição dos itens isolados.

- A composição nutricional das vitaminas de frutas foi estimada por meio de receitas incluídas na base NDSR descritas por Fisberg e Villar (2002).
- Em alguns casos, o entrevistado informou ter consumido “uma refeição” ou “um prato de comida” ou “uma quentinha”. Em outros, apenas relatou os tipos de alimentos incluídos na refeição sem mencionar a quantidade consumida. Para essas situações foram padronizadas refeições para as cinco Grandes Regiões do País: Norte, Nordeste, Sudeste, Sul e Centro-Oeste. Essas refeições foram compostas pelos quatro itens alimentares de maior consumo em cada região, considerando os itens que usualmente compõem uma refeição como almoço ou jantar. Além disso, observou-se a preparação e quantidade mais frequentemente mencionada pelos informantes de cada região para cada um desses quatro alimentos. Com isso, os alimentos registrados como “uma refeição”, “prato de comida” ou “quentinha” ou misturas de alimentos migraram para estes pratos regionais, segundo a região de residência do entrevistado.
- Também foi criado o item alimentar denominado “prato de comida brasileiro”, composto pelos quatro alimentos mais citados na pesquisa, suas respectivas preparações e quantidades da medida caseira mais referidas.
- No caso dos sucos de fruta, foi considerada a informação nutricional do suco sem adição de açúcar, com exceção do “suco de pêssego” e “suco de pêssego em calda”, para os quais somente havia a composição nutricional com adição de açúcar.
- Para café, mate, Nescafé, erva-mate, chimarrão, tererê e chá, a composição nutricional foi estimada sem adição de açúcar. Porém, para café e as demais bebidas, com exceção do chimarrão e tererê, haverá um acréscimo de açúcar na análise do consumo alimentar, caso o informante tenha respondido “utiliza com frequência açúcar” na variável do Bloco de Consumo Alimentar Pessoal sobre o uso de açúcar, adoçante ou ambos que precedia os registros dos alimentos.
- Para as composições das vitaminas de frutas, dos refrescos de frutas, Q-suco e café solúvel *capuccino* foram consideradas as informações nutricionais adicionadas de açúcar.
- As composições nutricionais das variedades orgânicas dos alimentos foram a mesmas das suas versões tradicionais.
- Para alguns itens, foram encontradas as composições nutricionais diferenciadas para as versões *diet* e *light*, para outros, foi obtida somente a composição nutricional para versão *diet* ou para a *light*. Nesses casos, considerou-se uma mesma composição para ambas as versões do alimento. Quando não foi obtida a informação nutricional do alimento *diet* e *light*, foi considerada a composição nutricional do alimento regular.
- Para todos os refrigerantes, dos quais não foi possível descobrir as composições nutricionais, assim como os respectivos tipos, foi considerada a composição nutricional de refrigerante, tipo guaraná. São exemplos: os refrigerantes “Bidu”, “Paraguai”, “Tubaina”.

**Tabelas de Composição
Nutricional dos Alimentos
Consumidos no Brasil**

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
Cereais e leguminosas						
6300101	Arroz (polido, parboilizado, agulha, agulhinha, etc.)	135,62	2,50	1,20	27,78	1,55
6300201	Arroz integral	130,95	2,56	1,97	25,56	2,72
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300701	Milho (em grão)	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25
6300706	Canjiquinha de milho em grão	79,68	1,24	2,20	13,50	0,67
6300706	Canjiquinha de milho em grão	62,95	1,24	0,31	13,50	0,67
6300706	Canjiquinha de milho em grão	79,68	1,24	2,20	13,50	0,67
6300706	Canjiquinha de milho em grão	62,95	1,24	0,31	13,50	0,67
6300706	Canjiquinha de milho em grão	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6300706	Canjiquinha de milho em grão	62,95	1,24	0,31	13,50	0,67
6300706	Canjiquinha de milho em grão	62,95	1,24	0,31	13,50	0,67
6300707	Xerém de milho	567,00	25,80	49,24	16,13	8,50
6301001	Amendoim (em grão) <i>in natura</i>	109,09	5,36	3,06	15,63	5,50
6301101	Ervilha em grão	85,62	4,80	3,17	10,10	3,60
6301201	Fava (em grão)	85,62	4,80	3,17	10,10	3,60
6301204	Mangaló amargo em grão	121,33	3,17	3,13	20,32	5,00
6301603	Feijão-de-corda	121,33	3,17	3,13	20,32	5,00
6301634	Feijão-verde	534,00	18,29	42,16	28,88	27,30
6302001	Semente de linhaça	97,41	5,84	1,79	15,05	3,78
6302602	Andu	188,48	8,86	5,36	27,42	7,60
6302801	Grão de bico	136,28	9,02	2,67	20,13	5,86
6302901	Lentilha	196,34	16,64	11,61	9,93	6,00
6303001	Soja em grão	97,41	5,84	1,79	15,05	3,78
6303102	Feijão (preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)	62,95	1,24	0,31	13,50	0,67
6303501	Quirera não especificada	121,33	3,17	3,13	20,32	5,00
6304034	Feijão-verde orgânico	97,41	5,84	1,79	15,05	3,78
6304101	Feijão orgânico	445,94	10,77	17,78	64,85	12,07
6304201	Pipoca <i>light</i>	135,62	2,50	1,20	27,78	1,55
6304301	Arroz orgânico	130,95	2,56	1,97	25,56	2,72
6304401	Arroz integral orgânico	196,34	16,64	11,61	9,93	6,00
6304602	Feijão-de-soja orgânico	135,47	4,37	4,33	19,83	2,16

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)
						Fibra alimentar total (g)
Hortalicas tuberosas						
6400101	Batata-inglesa	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	263,50	2,87	13,64	33,60	3,44
6400101	Batata-inglesa	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	73,60	1,63	0,12	17,08	1,94
6400101	Batata-inglesa	101,39	2,15	2,57	17,86	1,68
6400101	Batata-inglesa	263,50	2,87	13,64	33,60	3,44
6400101	Batata-inglesa	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400101	Batata-inglesa	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400101	Batata-inglesa	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400304	Cenoura amarela (batata-baroa)	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400401	Batata-doce	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400401	Batata-doce	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400401	Batata-doce	90,00	2,01	0,15	20,71	3,30
6400401	Batata-doce	351,28	4,40	12,59	56,88	8,03
6400401	Batata-doce	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6400401	Batata-doce	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6400401	Batata-doce	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400501	Inhame	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400501	Inhame	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400501	Inhame	90,00	2,01	0,15	20,71	3,30
6400501	Inhame	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400501	Inhame	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400501	Inhame	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400501	Inhame	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400508	Quicará	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400601	Mandioca	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400601	Mandioca	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
							(continuação)	
6400601	Mandioca	4	Assado(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400601	Mandioca	5	Frito(a)	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400601	Mandioca	7	Refogado(a)	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400601	Mandioca	8	Molho vermelho	104,80	0,74	0,28	25,16	1,58
6400601	Mandioca	11	Com manteiga/óleo	154,60	0,61	4,34	28,60	1,52
6400601	Mandioca	13	Ensopado	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400601	Mandioca	15	Sopa	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400601	Mandioca	99	Não se aplica	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400609	Alpim	2	Cozido(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400609	Alpim	4	Assado(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400609	Alpim	5	Frito(a)	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400609	Alpim	6	Empanado(a)/à milanesa	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400609	Alpim	7	Refogado(a)	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400609	Alpim	8	Molho vermelho	104,80	0,74	0,28	25,16	1,58
6400609	Alpim	11	Com manteiga/óleo	154,60	0,61	4,34	28,60	1,52
6400609	Alpim	13	Ensopado	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400609	Alpim	15	Sopa	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400609	Alpim	99	Não se aplica	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400610	Macaxeira	1	Cru(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400610	Macaxeira	2	Cozido(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400610	Macaxeira	4	Assado(a)	125,00	0,60	0,30	30,10	1,60
6400610	Macaxeira	5	Frito(a)	162,74	0,57	5,26	28,60	1,52
6400701	Cará	2	Cozido(a)	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400701	Cará	5	Frito(a)	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400701	Cará	7	Refogado(a)	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400701	Cará	13	Ensopado	115,74	1,71	1,90	23,40	1,80
6400701	Cará	14	Mingau	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400701	Cará	15	Sopa	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400713	Inhame caraquento (cará)	2	Cozido(a)	100,00	1,71	0,12	23,40	1,80
6400802	Batata (não especificada)	1	Cru(a)	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	2	Cozido(a)	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	4	Assado(a)	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	5	Frito(a)	263,50	2,87	13,64	33,60	3,44
6400802	Batata (não especificada)	7	Refogado(a)	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	8	Molho vermelho	73,60	1,63	0,12	17,08	1,94

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6400802	Batata (não especificada)	101,39	2,15	2,57	17,86	1,68
6400802	Batata (não especificada)	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	111,74	1,71	3,01	20,01	2,05
6400802	Batata (não especificada)	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6400802	Batata (não especificada)	86,00	1,71	0,10	20,01	2,05
6400908	Mandioquinha	76,00	1,37	0,14	17,72	2,50
6400908	Mandioquinha	116,40	1,30	5,13	16,83	2,38
6400908	Mandioquinha	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6400908	Mandioquinha	91,74	1,37	1,92	17,72	2,50
6401001	Rabanete	16,00	0,68	0,10	3,40	1,60
6401001	Rabanete	18,00	0,60	0,10	4,10	1,60
6401101	Beterraba	18,00	0,60	0,10	4,10	1,60
6401101	Beterraba	43,00	1,61	0,17	9,56	2,80
6401101	Beterraba	44,00	1,68	0,18	9,96	2,00
6401101	Beterraba	67,62	1,68	2,85	9,96	2,00
6401101	Beterraba	44,00	1,68	0,18	9,96	2,00
6401101	Beterraba	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6401101	Beterraba	43,00	1,61	0,17	9,56	2,80
6401201	Cenoura	41,00	0,93	0,24	9,58	2,80
6401201	Cenoura	35,00	0,76	0,18	8,22	3,00
6401201	Cenoura	60,47	0,74	3,17	7,97	2,91
6401201	Cenoura	60,47	0,74	3,17	7,97	2,91
6401201	Cenoura	32,80	0,87	0,18	7,65	2,70
6401201	Cenoura	60,47	0,74	3,17	7,97	2,91
6401201	Cenoura	56,74	0,79	2,64	8,22	3,00
6401201	Cenoura	35,00	0,76	0,18	8,22	3,00
6401201	Cenoura	60,47	0,74	3,17	7,97	2,91
6401201	Cenoura	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71
6401201	Cenoura	41,00	0,93	0,24	9,58	2,80
6401301	Nabo	22,00	0,71	0,08	5,06	2,00
6401301	Nabo	47,74	0,71	2,99	5,06	2,00
6401601	Açafrão	310,00	11,43	5,85	65,37	3,90
6401801	Batata-inglesa orgânica	263,50	2,87	13,64	33,60	3,44
6500101	Creme de arroz	148,32	3,80	3,30	26,07	0,30
6500104	Arrozina	148,32	3,80	3,30	26,07	0,30
6500105	Mucilon	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17
6500108	Mingau de arroz	148,32	3,80	3,30	26,07	0,30
6500202	Croquinhas de arroz	387,00	12,94	4,54	77,90	14,50
Farinhas, féculas e massas						

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
6500301	Farinha de aveia	384,00	16,00	6,30	67,00	9,80	9,80
6500401	Aveia em flocos	384,00	16,00	6,30	67,00	9,80	9,80
6500601	Fubá de milho	60,58	1,44	0,20	13,00	0,26	0,26
6500603	Farinha de milho	351,00	7,20	1,50	79,10	5,50	5,50
6500608	Puba de milho	311,00	4,80	12,40	45,10	0,70	0,70
6500609	Puba de fubá	311,00	4,80	12,40	45,10	0,70	0,70
6500613	Milho moído	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25	4,25
6500614	Mingau de milho	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	0,17
6500702	Amido de milho	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	0,17
6500705	Amido de arroz	148,32	3,80	3,30	26,07	0,30	0,30
6500801	Cremogema	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	0,17
6500802	Vitamilho	128,30	4,35	0,22	26,42	1,71	1,71
6500804	Creme de milho	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	0,17
6500902	Sucrilhos de milho	377,00	4,70	0,70	88,80	2,10	2,10
6500903	Cereal matinal de milho em flocos	377,00	4,70	0,70	88,80	2,10	2,10
6501301	Germe de trigo	360,00	23,15	9,72	51,80	13,20	13,20
6501303	Fibra de trigo	216,00	15,55	4,25	64,51	42,80	42,80
6501304	Fibra de cereal trigo	216,00	15,55	4,25	64,51	42,80	42,80
6501401	Farinha de mandioca	361,00	1,60	0,30	87,90	6,40	6,40
6501410	Farinha de copioba	361,00	1,60	0,30	87,90	6,40	6,40
6501415	Farinha d'água	361,00	1,60	0,30	87,90	6,40	6,40
6501416	Cruera	361,00	1,60	0,30	87,90	6,40	6,40
6501502	Goma de mandioca	336,00	2,00	-	82,00	-	-
6501505	Sagu de mandioca	116,99	4,33	4,10	15,51	0,03	0,03
6501510	Farinha de tapioca	331,00	0,50	0,30	81,10	0,60	0,60
6501511	Farinha beijú	331,00	0,50	0,30	81,10	0,60	0,60
6501515	Sagu de tapioca	116,99	4,33	4,10	15,51	0,03	0,03
6501516	Tapioca de goma	336,00	2,00	-	82,00	-	-
6502001	Farinha láctea	396,67	12,67	6,33	73,33	2,67	2,67
6502101	Neston	345,80	12,92	-	70,80	6,25	6,25
6502102	Flocos de cereais	365,00	7,20	1,00	83,80	4,10	4,10
6502105	Vitaflocos	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	0,17
6502403	Mini pizza semipronta	252,49	10,17	8,22	33,73	1,75	1,75
6502403	Mini pizza semipronta	252,49	10,17	8,22	33,73	1,75	1,75
6502403	Mini pizza semipronta	252,49	10,17	8,22	33,73	1,75	1,75
6502403	Mini pizza semipronta	252,49	10,17	8,22	33,73	1,75	1,75

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6502403	Mini pizza semipronta	252,49	10,17	8,22	33,73	1,75
6502501	Fibra de soja	70,00	12,00	2,00	74,00	73,00
6502603	Minipastel	319,91	10,38	15,68	33,51	1,45
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	186,68	5,80	4,17	30,86	1,80
6503401	Macarrão	186,68	5,80	4,17	30,86	1,80
6503401	Macarrão	186,68	5,80	4,17	30,86	1,80
6503401	Macarrão	103,73	3,50	1,92	18,27	1,46
6503401	Macarrão	158,99	5,42	3,23	26,54	1,48
6503401	Macarrão	186,68	5,80	4,17	30,86	1,80
6503401	Macarrão	182,22	5,83	3,67	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	186,68	5,80	4,17	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503401	Macarrão	158,00	5,80	0,93	30,86	1,80
6503501	Purê de batata	115,16	1,81	4,36	17,76	1,78
6503601	Bife vegetal	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6503603	Carne vegetal	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6503604	Pasta de soja	62,00	6,90	2,70	2,40	0,10
6503605	Carne de soja	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6503702	Amendoim moído	567,00	25,80	49,24	16,13	8,50
6504101	Granola	388,00	9,50	6,30	73,80	8,50
6504601	Musli	388,00	9,50	6,30	73,80	8,50
6504701	Mix de cereais	388,00	9,50	6,30	73,80	8,50
6504801	Miojo	189,86	5,65	7,18	25,54	1,16
6504802	Macarrão instantâneo	189,86	5,65	7,18	25,54	1,16
6505101	Sustagem	369,15	24,05	0,49	68,02	-
6505601	Proteína de soja	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6505603	Proteína vegetal	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6505701	Complemento alimentar de qualquer sabor	369,15	24,05	0,49	68,02	-
6505902	Sucrilhos de milho light	365,00	7,20	1,00	83,80	4,10
6506003	Mini pizza semipronta light	255,57	14,60	8,45	29,82	1,74
6506302	Macarrão instantâneo light	189,86	5,65	7,18	25,54	1,16
6506302	Macarrão instantâneo light	189,86	5,65	7,18	25,54	1,16
6506401	Proteína de soja orgânica	142,37	18,51	5,32	5,80	0,44
6573225	Macarrão com carne	120,59	6,22	2,79	17,42	1,25
6573226	Macarrão com peixe	163,17	14,98	4,13	15,43	0,90

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)						
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
Cocos, castanhas e nozes								
6600101	Coco-da-bata (seco ou verde)	99	Não se aplica	354,00	3,33	33,49	15,23	9,00
6600301	Castanha portuguesa	99	Não se aplica	131,00	2,00	1,38	27,76	4,14
6600401	Pinhão	99	Não se aplica	174,37	2,98	0,75	43,92	15,60
6600501	Amêndoa	99	Não se aplica	578,00	21,26	50,64	19,74	11,80
6600601	Avelã	99	Não se aplica	628,00	14,95	60,75	16,70	9,70
6600701	Castanha-do-pará	99	Não se aplica	656,00	14,32	66,43	12,27	7,50
6600801	Castanha de caju	99	Não se aplica	574,00	15,31	46,35	32,69	3,00
6600912	Butiá	99	Não se aplica	105,00	1,90	2,00	22,80	7,40
6601108	Tucumã	99	Não se aplica	474,00	5,50	47,20	6,80	19,20
6601208	Coco de mucajá	99	Não se aplica	404,28	2,08	40,66	13,95	13,44
6601501	Noz (nogueira)	99	Não se aplica	654,00	15,23	65,21	13,71	6,70
6601706	Açaí	99	Não se aplica	262,00	3,60	2,00	57,40	5,92
6601707	Juçara	99	Não se aplica	262,00	3,60	2,00	57,40	5,92
6601709	Uaçai	99	Não se aplica	262,00	3,60	2,00	57,40	5,92
6601712	Jussara	99	Não se aplica	262,00	3,60	2,00	57,40	5,92
6601805	Pupunha	99	Não se aplica	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40
6601902	Bacaba	99	Não se aplica	212,00	3,12	19,80	6,60	-
6601904	Bacabuçu	99	Não se aplica	212,00	3,12	19,80	6,60	-
6602001	Castanha-da-índia	99	Não se aplica	656,00	14,32	66,43	12,27	7,50
6602201	Pistache	99	Não se aplica	557,00	20,61	44,44	27,97	10,30
6602301	Buriti	99	Não se aplica	145,00	1,80	8,10	10,20	9,60
6602401	Coco	99	Não se aplica	354,00	3,33	33,49	15,23	9,00
6602601	Pataúá	99	Não se aplica	105,00	1,90	2,00	22,80	7,40
Hortalças folhosas, frutosas e outras								
6700101	Alface	99	Não se aplica	15,00	1,36	0,15	2,79	1,30
6700201	Bertalha	7	Refogado(a)	45,30	2,97	2,78	3,75	2,40
6700301	Chicória	1	Cru(a)	17,00	1,25	0,20	3,35	3,10
6700301	Chicória	2	Cozido(a)	58,88	1,90	3,89	5,63	2,00
6700301	Chicória	7	Refogado(a)	58,88	1,90	3,89	5,63	2,00
6700301	Chicória	12	Ao vinagrete	58,88	1,90	3,89	5,63	2,00
6700304	Escarola	99	Não se aplica	52,88	1,61	3,75	4,31	3,99
6700501	Couve	1	Cru(a)	30,00	2,45	0,42	5,69	3,60
6700501	Couve	2	Cozido(a)	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80
6700501	Couve	5	Frito(a)	47,13	2,11	2,75	4,91	2,80
6700501	Couve	7	Refogado(a)	47,13	2,11	2,75	4,91	2,80

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6700501	Couve	25,60	1,95	0,32	5,00	2,54
6700501	Couve	47,13	2,11	2,75	4,91	2,80
6700501	Couve	43,85	2,13	2,38	4,91	2,80
6700501	Couve	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80
6700501	Couve	47,13	2,11	2,75	4,91	2,80
6700501	Couve	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80
6700501	Couve	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80
6700601	Couve-flor	23,00	1,84	0,45	4,11	2,30
6700601	Couve-flor	23,00	1,84	0,45	4,11	2,30
6700601	Couve-flor	55,38	1,84	4,11	4,11	2,30
6700601	Couve-flor	137,44	4,17	9,21	10,31	2,08
6700601	Couve-flor	55,38	1,84	4,11	4,11	2,30
6700601	Couve-flor	23,00	1,84	0,45	4,11	2,30
6700601	Couve-flor	23,00	1,84	0,45	4,11	2,30
6700701	Espinafre	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40
6700701	Espinafre	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40
6700701	Espinafre	45,30	2,97	2,78	3,75	2,40
6700701	Espinafre	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40
6700701	Espinafre	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40
6700801	Mostarda (verdura)	26,00	2,70	0,20	4,90	3,30
6700801	Mostarda (verdura)	15,00	2,26	0,24	2,10	2,00
6700801	Mostarda (verdura)	43,68	2,26	3,48	2,10	2,00
6700801	Mostarda (verdura)	15,00	2,26	0,24	2,10	2,00
6700901	Repolho	25,00	1,28	0,10	5,80	2,24
6700901	Repolho	23,00	1,27	0,06	5,51	1,90
6700901	Repolho	49,77	1,27	3,09	5,51	1,90
6700901	Repolho	49,77	1,27	3,09	5,51	1,90
6700901	Repolho	23,00	1,27	0,06	5,51	1,90
6700901	Repolho	49,77	1,27	3,09	5,51	1,90
6700901	Repolho	23,00	1,27	0,06	5,51	1,90
6700901	Repolho	49,77	1,27	3,09	5,51	1,90
6700901	Repolho	31,44	0,85	0,12	7,01	0,71
6700901	Repolho	23,00	1,27	0,06	5,51	1,90
6701101	Cebolinha	25,00	1,80	0,10	5,65	3,50
6701301	Agrião	25,00	2,68	0,66	3,65	1,60
6701301	Agrião	11,00	2,30	0,10	1,29	0,50

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
6701301	Agrião	11,00	2,30	0,10	1,29	0,50	0,50
6701301	Agrião	35,75	2,33	2,90	1,29	0,50	0,50
6701301	Agrião	25,00	2,68	0,66	3,65	1,60	1,60
6701401	Taioba	34,00	2,90	0,90	5,40	4,50	4,50
6701401	Taioba	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	2,80
6701401	Taioba	47,13	2,11	2,75	4,91	2,80	2,80
6701501	Acelga	19,00	1,80	0,20	3,74	1,60	1,60
6701501	Acelga	14,00	1,50	0,17	2,41	1,70	1,70
6701501	Acelga	47,74	1,50	3,99	2,41	1,70	1,70
6701501	Acelga	19,00	1,80	0,20	3,74	1,60	1,60
6701505	Beterraba branca (acelga)	14,00	1,50	0,17	2,41	1,70	1,70
6701601	Almeirão	17,00	1,25	0,20	3,35	3,10	3,10
6701601	Almeirão	22,00	1,61	0,26	4,31	3,99	3,99
6701601	Almeirão	52,88	1,61	3,75	4,31	3,99	3,99
6701601	Almeirão	22,00	1,61	0,26	4,31	3,99	3,99
6701602	Radite	17,00	1,25	0,20	3,35	3,10	3,10
6701602	Radite	52,88	1,61	3,75	4,31	3,99	3,99
6701602	Radite	22,00	1,61	0,26	4,31	3,99	3,99
6701704	Brócolis	34,00	2,82	0,37	6,64	2,60	2,60
6701704	Brócolis	35,00	2,38	0,41	7,18	3,30	3,30
6701704	Brócolis	181,23	4,18	11,48	15,43	2,06	2,06
6701704	Brócolis	60,74	2,38	3,32	7,18	3,30	3,30
6701704	Brócolis	60,74	2,38	3,32	7,18	3,30	3,30
6701704	Brócolis	35,00	2,38	0,41	7,18	3,30	3,30
6701704	Brócolis	35,00	2,38	0,41	7,18	3,30	3,30
6701801	Serralha	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40	2,40
6701801	Serralha	23,00	2,97	0,26	3,75	2,40	2,40
6701801	Serralha	45,30	2,97	2,78	3,75	2,40	2,40
6701901	Caruru	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	2,80
6701906	Cuxá	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	2,80
6701907	Vinagreira	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	2,80
6701913	Caruru	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	2,80
6702001	Rúcula	25,00	2,68	0,66	3,65	1,60	1,60
6702105	Jambu	32,00	1,90	0,30	7,20	1,30	1,30
6702201	Língua de vaca (verdura)	30,00	2,45	0,42	5,69	3,60	3,60
6702301	Alcachofra	53,00	2,89	0,34	11,95	8,60	8,60

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
6702501	Bredo	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	
6702604	Salsão (tipo)	18,00	0,83	0,16	4,00	1,60	
6702801	Erva-doce	31,00	1,24	0,20	7,29	3,10	
6703003	Folha de alfavaca	30,00	2,45	0,42	5,69	3,60	
6703004	Folha de macaxeira	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80	
6703101	Broto de feijão	30,00	3,04	0,18	5,94	1,80	
6703101	Broto de feijão	53,38	2,03	3,75	4,19	0,80	
6703306	Moranga	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703306	Moranga	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10	
6703306	Moranga	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10	
6703306	Moranga	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703701	Abobrinha	16,00	1,21	0,18	3,35	1,10	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703701	Abobrinha	20,00	0,91	0,31	4,31	1,40	
6703805	Jerimum	42,30	0,91	2,83	4,31	1,40	
6703805	Jerimum	160,71	4,35	8,92	16,01	1,56	
6703901	Abóbora	42,30	0,91	2,83	4,31	1,40	
6703901	Abóbora	42,30	0,91	2,83	4,31	1,40	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	20,80	0,84	0,09	5,00	1,18	
6703901	Abóbora	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10	
6703901	Abóbora	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71	
6703901	Abóbora	20,00	0,72	0,07	4,90	1,10	
6704001	Pépinho	15,00	0,65	0,11	3,63	1,14	
6704101	Chuchu	24,00	0,62	0,48	5,09	2,80	
6704101	Chuchu	24,00	0,62	0,48	5,09	2,80	
6704101	Chuchu	24,00	0,76	0,42	5,15	2,54	
6704101	Chuchu	49,09	0,62	3,32	5,09	2,80	
6704101	Chuchu	24,00	0,76	0,42	5,15	2,54	

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
6704101	Chuchu	49,09	0,62	3,32	5,09	2,80	2,80
6704101	Chuchu	24,00	0,62	0,48	5,09	2,80	2,80
6704101	Chuchu	49,09	0,62	3,32	5,09	2,80	2,80
6704101	Chuchu	31,44	0,95	0,12	7,01	0,71	0,71
6704201	Jiló	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	43,19	1,90	2,61	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6704201	Jiló	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6704301	Maxixe	14,00	1,40	0,10	2,70	2,20	2,20
6704301	Maxixe	14,00	0,40	0,20	3,04	1,00	1,00
6704301	Maxixe	36,94	0,40	2,80	3,04	1,00	1,00
6704301	Maxixe	36,94	0,40	2,80	3,04	1,00	1,00
6704306	Pepininho (maxixe)	14,00	0,40	0,20	3,04	1,00	1,00
6704306	Pepininho (maxixe)	14,00	0,40	0,20	3,04	1,00	1,00
6704401	Palmito <i>in natura</i>	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704401	Palmito <i>in natura</i>	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704401	Palmito <i>in natura</i>	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704401	Palmito <i>in natura</i>	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	28,00	2,52	0,62	4,62	2,40	2,40
6704501	Pimentão	20,00	0,86	0,17	4,64	1,70	1,70
6705001	Quiabo	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6705001	Quiabo	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6705001	Quiabo	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6705001	Quiabo	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6705001	Quiabo	47,09	1,87	3,05	4,51	2,50	2,50
6705001	Quiabo	22,00	1,87	0,21	4,51	2,50	2,50
6705101	Tomate	18,00	0,88	0,20	3,92	1,20	1,20

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6705201	Vagem	35,00	1,89	0,28	7,88	3,20
6705201	Vagem	35,00	1,89	0,28	7,88	3,20
6705201	Vagem	67,12	1,89	3,91	7,88	3,20
6705201	Vagem	67,12	1,89	3,91	7,88	3,20
6705201	Vagem	67,12	1,89	3,91	7,88	3,20
6705201	Vagem	35,00	1,89	0,28	7,88	3,20
6705301	Cogumelo <i>in natura</i>	28,00	2,17	0,47	5,29	2,20
6705401	Berinjela	32,90	0,78	0,22	8,21	2,35
6705401	Berinjela	35,00	0,83	0,23	8,73	2,50
6705401	Berinjela	35,00	0,83	0,23	8,73	2,50
6705401	Berinjela	75,55	0,83	4,82	8,73	2,50
6705401	Berinjela	164,87	3,69	10,18	15,86	2,71
6705401	Berinjela	75,55	0,83	4,82	8,73	2,50
6705401	Berinjela	35,00	0,83	0,23	8,73	2,50
6705401	Berinjela	75,55	0,83	4,82	8,73	2,50
6705401	Berinjela	35,00	0,83	0,23	8,73	2,50
6705501	Ervilha em vagem	67,09	3,27	3,07	7,05	2,80
6705501	Ervilha em vagem	67,09	3,27	3,07	7,05	2,80
6705701	Cebola	40,00	1,10	0,10	9,34	1,93
6705701	Cebola	44,00	1,36	0,19	10,15	1,40
6705701	Cebola	44,00	1,36	0,19	10,15	1,40
6705701	Cebola	44,00	1,36	0,19	10,15	1,40
6705701	Cebola	63,12	1,36	2,35	10,15	1,40
6705701	Cebola	63,12	1,36	2,35	10,15	1,40
6705701	Cebola	40,00	1,35	0,19	9,20	1,42
6705701	Cebola	60,15	1,38	2,02	10,15	1,40
6705701	Cebola	40,00	1,10	0,10	9,34	1,93
6705701	Cebola	40,00	1,10	0,10	9,34	1,93
6705801	Catalonha	42,94	1,88	2,68	4,13	2,10
6706101	Jardineira (seleta)	47,00	2,53	0,26	9,06	2,80
6706102	Seleta (jardineira)	47,00	2,53	0,26	9,06	2,80
6706201	Alho	149,00	6,36	0,50	33,06	2,10
6706301	Alho-poró	54,48	0,81	2,86	7,62	1,00
6707301	Broto de alfafa	23,00	3,99	0,69	2,10	1,90
6707801	Alface orgânica	15,00	1,36	0,15	2,79	1,30
6707901	Tomate orgânico	18,00	0,88	0,20	3,92	1,20
6708001	Pimentão orgânico	20,00	0,86	0,17	4,64	1,70
6709701	Orégano	306,00	11,00	10,25	64,43	42,80

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação					(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
Frutas											
6801017	Pacová	78,00	1,20	0,10	20,30	2,00					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	213,11	1,22	13,25	25,47	2,90					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	213,11	1,22	13,25	25,47	2,90					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	195,41	1,33	11,25	25,48	2,90					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	112,04	2,29	1,72	23,18	1,54					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	112,04	2,29	1,72	23,18	1,54					
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60					
6801801	Laranja (pera, seleta, lima, da terra, etc.)	47,00	0,94	0,12	11,75	2,35					
6801901	Lima	47,00	0,94	0,12	11,75	2,35					
6802001	Limão (comum, galego, etc.)	30,00	0,70	0,20	10,54	2,80					
6802201	Tangerina	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802202	Mexerica	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802217	Bergamota	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802218	Mimosa	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802223	Tanja	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802227	Maricota	53,00	0,81	0,31	13,34	1,80					
6802407	Laranja/japonesa	47,00	0,94	0,12	11,75	2,35					
6802501	Cana-de-açúcar	73,58	-	0,05	19,97	-					
6802601	Abacaxi	48,00	0,54	0,12	12,63	1,40					
6802602	Ananás	48,00	0,54	0,12	12,63	1,40					
6802701	Abacate	120,00	2,23	10,06	7,82	5,60					
6802801	Caqui	70,00	0,58	0,19	18,59	3,60					
6802901	Figo	74,00	0,75	0,30	19,18	2,90					
6803001	Maça	52,00	0,26	0,17	13,81	2,40					
6803101	Mamão	39,00	0,61	0,14	9,81	1,80					
6803108	Papaia	39,00	0,61	0,14	9,81	1,80					
6803201	Manga	65,00	0,51	0,27	17,00	1,76					
6803215	Manguito	65,00	0,51	0,27	17,00	1,76					
6803301	Maracujá	97,00	2,20	0,70	23,38	10,40					
6803401	Melancia	30,00	0,61	0,15	7,55	0,40					
6803501	Melão	36,00	0,54	0,14	9,09	0,80					

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6803601	pera	58,00	0,38	0,12	15,46	3,16
6803701	Pêssego	39,00	0,91	0,25	9,54	1,50
6803801	Fruta-de-conde	74,00	1,65	0,62	17,70	2,30
6803802	Pinha (fruta-de-conde)	74,00	1,65	0,62	17,70	2,30
6803803	Ata	74,00	1,65	0,62	17,70	2,30
6803901	Uva	69,00	0,72	0,16	18,10	0,90
6803912	Uva passa	299,00	3,07	0,46	79,18	3,70
6804001	Jenipapo	113,00	5,20	0,30	25,70	9,40
6804101	Jaca	94,00	1,47	0,30	24,01	1,60
6804201	Goiaba	68,00	2,55	0,95	14,32	5,40
6804203	Araçá-açu (goiaba)	68,00	2,55	0,95	14,32	5,40
6804301	Ameixa	46,00	0,70	0,28	11,42	1,40
6804401	Caju	43,00	1,00	0,30	10,30	1,70
6804501	Cereja	63,00	1,06	0,20	16,01	2,10
6804601	Cajá-manga	46,00	1,30	-	11,40	2,60
6804602	Cajarana	46,00	0,20	0,10	12,40	1,10
6804701	Taperebá	70,00	0,80	2,10	13,80	1,00
6804702	Acaja (taberebá)	46,00	1,30	-	11,40	2,60
6804801	Carambola	31,00	1,04	0,33	6,73	2,80
6804901	Jabuticaba	73,00	0,66	0,50	18,40	7,00
6805001	Graviola	62,00	0,80	0,20	15,80	1,90
6805201	Morango	32,00	0,67	0,30	7,68	2,00
6805301	Jambo	27,00	0,90	0,10	6,50	5,10
6805401	Atemoia	74,00	1,65	0,62	17,70	2,30
6805601	Mangaba	43,00	0,70	0,30	10,50	0,80
6805701	Araçá	68,00	2,55	0,95	14,32	5,40
6805801	Nêspera	47,00	0,43	0,20	12,14	1,70
6805901	Fruta-pão	103,00	1,07	0,23	27,12	4,90
6806001	Sapoti	96,00	0,70	0,10	25,90	9,90
6806101	Uxi	252,00	2,20	10,10	38,20	20,50
6806201	Tamarindo	239,00	2,80	0,60	62,50	5,10
6806301	Cacau	74,00	1,00	0,10	19,40	2,20
6806401	Pitomba	66,00	0,83	0,44	16,53	1,30
6806501	Bacuri	105,00	1,90	2,00	22,80	7,40
6806601	Ingá	60,00	1,00	0,10	15,50	1,20
6806701	Pequi	152,00	1,50	13,40	6,30	4,70

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
6806801	Pitanga	41,00	0,90	0,20	10,20	3,20
6806901	Ciriguela	76,00	1,40	0,40	18,90	3,90
6807001	Murici	66,00	0,90	1,30	14,40	2,20
6807101	Umbu	37,00	0,80	-	9,40	2,00
6807103	Imbu	37,00	0,80	-	9,40	2,00
6807202	Biribá	74,00	1,65	0,62	17,70	2,30
6807301	Cupuacu	49,00	1,20	1,00	10,40	3,10
6807401	Nectarina	44,00	1,06	0,32	10,55	1,70
6807501	Mari	281,10	2,70	21,10	20,10	-
6807601	Romã	56,00	0,40	-	15,10	0,40
6807701	Acerola	32,00	0,40	0,30	7,69	1,10
6807801	Kiwi	61,00	1,14	0,52	14,66	3,00
6808001	Abiu	62,00	0,80	0,70	14,90	1,70
6808201	Jurubeba	126,00	4,40	3,90	23,10	1,20
6808401	Fruta (não especificada)	89,00	1,09	0,33	22,84	2,60
6808601	Maçã orgânica	52,00	0,26	0,17	13,81	2,40
6808901	Acerola orgânica	32,00	0,40	0,30	7,69	1,10
6809901	Amora	43,00	1,39	0,49	9,61	5,30
6810201	Jamelão (jamburão)	73,00	0,66	0,50	18,40	7,00
Açúcares e produtos de confeitaria						
6900302	Demerara	387,00	-	-	99,98	-
6900304	Açúcar mascavo	380,00	0,12	-	98,09	-
6900401	Rapadura	296,00	-	-	76,60	-
6900402	Alfênim de cana	296,00	-	-	76,60	-
6900403	Batida (rapadura)	380,00	0,12	-	98,09	-
6900501	Sorvete de qualquer sabor industrializado	206,00	3,60	11,00	25,13	0,87
6900502	Picolé de qualquer sabor industrializado	79,00	-	0,24	19,23	-
6900601	Chiclete	396,00	-	-	98,90	0,10
6900603	Bala	394,00	-	0,20	98,00	-
6900604	Caramelo (bala)	382,00	4,60	8,10	77,00	-
6900605	Draps	394,00	-	0,20	98,00	-
6900606	Pastilha	396,00	-	-	98,90	0,10
6900607	Pirulito	394,00	-	0,20	98,00	-
6900609	Goma de mascar	396,00	-	-	98,90	0,10
6900610	Jujuba	375,00	-	0,05	93,55	0,20
6900701	Tablete de chocolate	535,00	7,65	29,66	59,40	3,40

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6900702	Barra de chocolate	535,00	7,65	29,66	59,40	3,40
6900706	Confete	492,00	4,33	21,13	71,19	2,80
6900801	Chocolate em pó de qualquer marca	364,24	2,83	3,55	85,53	1,66
6900818	Ovomaltine	388,00	9,17	5,19	75,13	1,98
6900821	Achocolatado em pó	400,00	4,55	2,27	90,28	4,50
6900822	Toddynho	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
6900901	Bombom de qualquer marca	373,00	-	0,02	93,18	-
6900904	Trufa	487,87	3,57	36,26	49,06	4,55
6901001	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor	278,00	0,37	0,07	68,86	1,10
6901002	Mousse de qualquer sabor (Geleia)	331,89	5,09	21,87	32,19	1,18
6901101	Geleia de mocotó	120,25	3,04	-	27,99	-
6901201	Doce de frutas em pasta de qualquer sabor	291,30	0,77	0,29	74,28	1,62
6901203	Pasta de amendoim	588,00	25,09	50,39	19,56	6,00
6901204	Pessegada	77,00	0,54	0,14	19,79	2,20
6901206	Marmelada	278,00	0,37	0,07	68,86	1,10
6901209	Figada	88,00	0,38	0,10	22,90	2,20
6901211	Goiabada	291,30	0,77	0,29	74,28	1,62
6901214	Ceju em pasta	291,30	0,77	0,29	74,28	1,62
6901224	Mariola	291,30	0,77	0,29	74,28	1,62
6901301	Doce de frutas em calda de qualquer sabor	77,00	0,54	0,14	19,79	2,20
6901401	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor	291,30	0,77	0,29	74,28	1,62
6901501	Melado	296,00	-	-	76,60	-
6901602	Mel	304,00	0,30	-	82,40	0,20
6901701	Gelatina de qualquer sabor	278,00	0,37	0,07	68,86	1,10
6901801	Adoçante artificial	-	-	-	-	-
6902004	Merengue	358,26	6,21	0,10	85,89	0,00
6902301	Schmier de cana	296,00	-	-	76,60	-
6902401	Fruta seca ou desidratada	240,00	2,18	0,38	63,88	7,10
6902402	Passa	299,00	3,07	0,46	79,18	3,70
6902601	Pudim de qualquer sabor	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6902607	Danette pudim	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6902701	Manjar	284,98	8,20	10,74	40,14	0,34
6902901	Cuscuz	128,30	4,35	0,22	26,42	1,71
6902902	Cuscuz de tapioca	116,99	4,33	4,10	15,51	0,03
6903001	Maria-mole	444,92	1,64	19,94	68,84	2,59
6903101	Cocada	404,80	1,01	12,46	75,65	1,58

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6903102	Quebra-queijo	404,80	1,01	12,46	75,65	1,58
6903201	Doce de amendoim	451,58	11,16	23,89	55,29	3,73
6903202	Pé de moleque	474,00	9,10	17,91	69,20	2,42
6903203	Paçoca	472,17	10,35	21,53	64,04	3,89
6903204	Torrão de amendoim	460,34	11,01	24,64	56,27	6,13
6903205	Paçoquinha de amendoim	472,17	10,35	21,53	64,04	3,89
6903207	Amendoim caramelizeado	474,00	9,10	17,91	69,20	2,42
6903208	Amendoim amanteigado	567,00	25,80	49,24	16,13	8,50
6903209	Amendoim achocolatado	519,00	13,10	33,50	49,70	4,70
6903303	Amendoim apimentado	567,00	25,80	49,24	16,13	8,50
6903304	Amendoim cozido	318,00	13,50	22,01	21,26	8,80
6903601	Brigadeiro	334,48	7,52	10,14	54,86	0,23
6903701	Bomba de qualquer tipo	339,26	6,32	26,93	18,55	0,54
6903801	Mil folhas	440,33	2,36	29,03	43,22	0,43
6903901	Queijadinha	404,80	1,01	12,46	75,65	1,58
6904101	Doce à base de ovos	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6904104	Caçarola italiana	284,98	8,20	10,74	40,14	0,34
6904105	Quindim	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6904108	Fios de ovos	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6904201	Doce à base de leite	319,70	7,88	8,67	54,18	-
6904202	Pavê de qualquer sabor	306,43	4,94	22,24	21,59	0,36
6904203	Ambrosia	144,23	4,09	3,84	23,88	0,26
6904204	Leite glicificado	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6904205	Chandele de qualquer sabor	131,15	5,58	5,07	15,44	-
6904302	Mumu	319,70	7,88	8,67	54,18	-
6904401	Canudinho recheado	123,26	2,43	4,50	21,33	2,22
6904501	Sarolho	336,00	2,00	-	82,00	-
6904502	Beiju	336,00	2,00	-	82,00	-
6904601	Schmier de fruta (exceto de cana)	278,00	0,37	0,07	68,86	1,10
6904701	Beijo de moça	387,00	-	-	99,98	-
6904801	Picolé ensacado	79,00	-	0,24	19,23	-
6904807	Geladinho	122,69	0,14	0,09	32,51	0,45
6905001	Churro	401,66	3,00	23,44	45,94	0,81
6905101	Pamonha	171,00	2,60	4,80	30,70	2,40
6905401	Algodão-doce	387,00	-	-	99,98	-
6905603	Io-lô crem (chocolate em creme)	350,00	4,60	8,90	62,90	2,80

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
6905801	Ovo de páscoa	535,00	7,65	29,66	59,40	3,40	
6905804	Kindler ovo	535,00	7,65	29,66	59,40	3,40	
6905901	Torrone	460,34	11,01	24,64	56,27	6,13	
6906001	Arroz-doce	108,49	3,05	2,34	18,77	0,10	
6906404	Polpa de coco	402,00	3,80	41,70	9,80	5,00	
6906501	<i>Diet shake</i>	335,52	19,19	1,87	69,94	7,39	
6906502	Concentrado alimentar <i>diet shake</i>	335,52	19,19	1,87	69,94	7,39	
6906602	Açúcar	387,00	-	-	99,98	-	
6907001	Açúcar <i>light</i>	400,00	-	-	100,00	-	
6907201	Barra de cereais	352,92	3,17	8,55	69,44	2,32	
6907202	Barra de cereais salgada	352,92	3,17	8,55	69,44	2,32	
6907203	Barra de cereais doce	352,92	3,17	8,55	69,44	2,32	
6907301	Sobremesa de qualquer tipo (exceto infantil)	131,15	5,58	5,07	15,44	-	
6907401	Rabanada	293,00	4,70	16,60	31,30	0,50	
6907501	<i>Milk shake</i>	161,09	3,11	6,43	23,49	0,76	
6907901	Geleia <i>diet</i>	52,64	0,47	0,17	12,72	1,40	
6908001	Doce de frutas <i>diet</i>	52,64	0,47	0,17	12,72	1,40	
6908401	Pastéis de santa clara	131,15	5,58	5,07	15,44	-	
6908501	Suspiro	358,26	6,21	0,10	85,89	0,00	
6909301	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor <i>diet</i>	52,64	0,47	0,17	12,72	1,40	
6909601	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>light</i>	188,99	4,43	7,67	26,15	0,60	
6909701	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>diet</i>	190,00	3,17	12,70	15,87	4,80	
6909803	Bala <i>light</i>	235,00	-	-	95,00	-	
6909901	Chiclete <i>diet</i>	240,00	-	-	100,00	-	
6909903	Bala <i>diet</i>	235,00	-	-	95,00	-	
6910002	Barra de chocolate <i>light</i>	539,79	10,58	41,64	40,42	4,32	
6910102	Barra de chocolate <i>diet</i>	539,79	10,58	41,64	40,42	4,32	
6910221	Achocolatado em pó <i>light</i>	337,70	29,42	2,39	55,30	4,43	
6910321	Achocolatado em pó <i>diet</i>	337,70	29,42	2,39	55,30	4,43	
6910322	Toddynho <i>diet</i>	73,29	3,48	3,51	7,09	0,39	
6910401	Bombom de qualquer marca <i>light</i>	373,00	-	0,02	93,18	-	
6910501	Bombom de qualquer marca <i>diet</i>	373,00	-	0,02	93,18	-	
6910502	Bombom caramelizado de qualquer marca <i>diet</i>	373,00	-	0,02	93,18	-	
6910601	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35	
6910604	Geleia <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35	
6910605	Geleia de frutas <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35	

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
6910701	Doce de frutas em barra ou pasta <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35
6910702	Doce de frutas em pasta <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35
6910801	Pudim de qualquer sabor <i>light</i>	119,15	5,68	3,55	15,75	-
6910808	Pudim danette <i>light</i>	119,15	5,68	3,55	15,75	-
6910901	Pudim de qualquer sabor <i>diet</i>	119,15	5,68	3,55	15,75	-
6911201	Doce de leite <i>light</i>	292,29	7,58	3,62	58,98	-
6911301	Doce de leite <i>diet</i>	292,29	7,58	3,62	58,98	-
6912501	Barra de cereais <i>diet</i>	403,45	5,56	5,44	86,36	7,20
6912502	Barra de cereais doce <i>diet</i>	403,45	5,56	5,44	86,36	7,20
6912801	<i>Milk shake diet</i>	335,52	19,19	1,87	69,94	7,39
6913001	Cocada <i>diet</i>	404,80	1,01	12,46	75,65	1,58
6913101	Doce de amendoim <i>diet</i>	599,00	28,03	52,50	15,26	9,40
6913103	Paçoca <i>diet</i>	599,00	28,03	52,50	15,26	9,40
6913108	Amendoim amanteigado <i>diet</i>	477,86	7,09	21,64	64,64	2,96
6913801	Doce à base de leite <i>diet</i>	292,29	7,58	3,62	58,98	-
6913901	Gelatina de qualquer sabor <i>light</i>	179,01	0,36	0,05	46,13	0,35
6914001	Adoçante <i>light</i>	365,00	2,17	-	89,08	-
6914002	Adoçante em pó <i>light</i>	365,00	2,17	-	89,08	-
6914003	Adoçante líquido <i>light</i>	-	-	-	-	-
Sais e condimentos						
7001501	Mostarda molho	67,00	4,37	4,01	5,33	3,30
7002304	Hortelã	1,00	-	-	0,20	-
7002401	Alcaparra em conserva	23,00	2,36	0,86	4,89	3,20
7002601	Coentro	279,00	21,93	4,78	52,10	10,40
7003601	Molho de soja	53,00	6,28	0,04	7,61	0,80
7003604	<i>Shoyo</i>	53,00	6,28	0,04	7,61	0,80
7003801	Leite de coco	202,46	1,61	20,85	5,59	0,91
7004301	Maionese (molho)	261,05	0,47	23,33	13,38	0,06
7004701	Massa de tomate	38,00	1,65	0,21	8,98	1,90
7004801	Molho de tomate	24,00	1,32	0,18	5,38	1,50
7004802	Ketchup	97,00	1,74	0,31	25,15	0,30
7004803	Catchup	97,00	1,74	0,31	25,15	0,30
7006101	Pimenta em pó	255,00	10,95	3,26	64,81	26,50
7007101	Tucupi em caldo sem pimenta	4,87	0,01	0,00	1,30	0,01

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7007502	Creme de queijo	209,66	10,34	15,81	6,72	0,10	
7007701	Caldo de peixe	16,00	2,00	0,60	0,40	-	
7007901	Caldo de tomate	37,65	0,75	0,78	7,39	0,46	
7009102	Gergelim	631,00	20,45	61,21	11,73	11,60	
7010301	Tomate seco	213,00	5,06	14,08	23,33	5,80	
7010401	Maionesa (molho) <i>light</i>	156,58	0,59	9,46	18,77	1,24	
7010501	Molho de soja <i>light</i>	53,13	5,18	0,08	8,53	0,80	
7010601	Leite de coco <i>light</i>	202,46	1,61	20,85	5,59	0,91	
7079202	Vinagrete	76,79	0,65	6,21	3,68	0,93	
Carnes e vísceras							
7100101	Filé-mignon	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100101	Filé-mignon	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100101	Filé-mignon	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100101	Filé-mignon	226,66	30,67	11,56	-	-	
7100101	Filé-mignon	242,84	31,13	11,61	3,39	0,14	
7100101	Filé-mignon	226,66	30,67	11,56	-	-	
7100101	Filé-mignon	168,00	24,80	7,24	1,08	0,30	
7100101	Filé-mignon	195,79	25,32	9,69	1,85	0,04	
7100101	Filé-mignon	223,14	30,69	11,17	0,00	-	
7100101	Filé-mignon	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100201	Contrafilé	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100201	Contrafilé	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100201	Contrafilé	204,00	30,67	9,00	-	-	
7100201	Contrafilé	226,66	30,67	11,56	-	-	
7100201	Contrafilé	242,84	31,13	11,61	3,39	0,14	
7100201	Contrafilé	226,66	30,67	11,56	-	-	
7100201	Contrafilé	168,00	24,80	7,24	1,08	0,30	
7100205	Bisteca bovina	471,00	21,57	41,98	-	-	
7100205	Bisteca bovina	471,00	21,57	41,98	-	-	
7100205	Bisteca bovina	471,00	21,57	41,98	-	-	
7100205	Bisteca bovina	471,00	21,57	41,98	-	-	

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7100205 Bisteca bovina	5 Frito(a)	471,00	21,57	41,98	-	-
7100205 Bisteca bovina	6 Empanado(a)/à milanesa	329,84	26,31	22,65	3,39	0,14
7100205 Bisteca bovina	7 Refogado(a)	471,00	21,57	41,98	-	-
7100205 Bisteca bovina	8 Molho vermelho	381,60	17,52	33,62	1,08	0,30
7100301 Alcatra	1 Cru(a)	204,00	30,67	9,00	-	-
7100301 Alcatra	2 Cozido(a)	204,00	30,67	9,00	-	-
7100301 Alcatra	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	204,00	30,67	9,00	-	-
7100301 Alcatra	4 Assado(a)	204,00	30,67	9,00	-	-
7100301 Alcatra	5 Frito(a)	253,57	30,67	14,61	-	-
7100301 Alcatra	6 Empanado(a)/à milanesa	253,57	30,67	14,61	-	-
7100301 Alcatra	7 Refogado(a)	253,57	30,67	14,61	-	-
7100301 Alcatra	8 Molho vermelho	168,00	24,80	7,24	1,08	0,30
7100301 Alcatra	12 Ao vinagrete	204,00	30,67	9,00	-	-
7100301 Alcatra	13 Ensopado	253,57	30,67	14,61	-	-
7100303 Maminha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	199,00	36,12	5,00	-	-
7100303 Maminha	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100303 Maminha	5 Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100303 Maminha	8 Molho vermelho	164,00	29,16	4,04	1,08	0,30
7100304 Picanha	2 Cozido(a)	204,00	30,67	9,00	-	-
7100304 Picanha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	204,00	30,67	9,00	-	-
7100304 Picanha	4 Assado(a)	204,00	30,67	9,00	-	-
7100304 Picanha	5 Frito(a)	253,57	30,67	14,61	-	-
7100304 Picanha	13 Ensopado	253,57	30,67	14,61	-	-
7100501 Patinho	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100501 Patinho	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	199,00	36,12	5,00	-	-
7100501 Patinho	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100501 Patinho	5 Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100501 Patinho	6 Empanado(a)/à milanesa	248,57	36,12	10,61	-	-
7100501 Patinho	8 Molho vermelho	164,00	29,16	4,04	1,08	0,30
7100501 Patinho	13 Ensopado	248,57	36,12	10,61	-	-
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	199,00	36,12	5,00	-	-
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	5 Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	6 Empanado(a)/à milanesa	248,57	36,12	10,61	-	-
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	7 Refogado(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100604 Posta branca	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100604 Posta branca	5 Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100604 Posta branca	8 Molho vermelho	164,00	29,16	4,04	1,08	0,30
7100606 Tatu (lagarto redondo)	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100606 Tatu (lagarto redondo)	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100606 Tatu (lagarto redondo)	7 Refogado(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100606 Tatu (lagarto redondo)	99 Não se aplica	199,00	36,12	5,00	-	-
7100607 Paulista	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100607 Paulista	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100608 Lombo paulista (carne bovina)	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100608 Lombo paulista (carne bovina)	4 Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100608 Lombo paulista (carne bovina)	5 Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-	-
7100608 Lombo paulista (carne bovina)	13 Ensopado	248,57	36,12	10,61	-	-
7100702 Posta vermelha	2 Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-
7100801 Acém	2 Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7100801 Acém	4 Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7100801 Acém	5 Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-	-
7100801 Acém	6 Empanado(a)/à milanesa	280,84	24,68	18,03	3,39	0,14
7100801 Acém	7 Refogado(a)	264,66	24,22	17,98	-	-
7100801 Acém	13 Ensopado	264,66	24,22	17,98	-	-
7100803 Agulha (acém)	2 Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7100803 Agulha (acém)	4 Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7100803 Agulha (acém)	5 Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-	-
7100905 Paleta	2 Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7100905 Paleta	5 Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-	-
7100905 Paleta	8 Molho vermelho	198,40	19,64	12,37	1,08	0,30

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7100905	Paleta	264,66	24,22	17,98	-	-
7100908	Pá com osso	242,00	24,22	15,42	-	-
7100908	Pá com osso	242,00	24,22	15,42	-	-
7100908	Pá com osso	242,00	24,22	15,42	-	-
7101001	Músculo bovino	199,00	36,12	5,00	-	-
7101001	Músculo bovino	199,00	36,12	5,00	-	-
7101001	Músculo bovino	164,00	29,16	4,04	1,08	0,30
7101001	Músculo bovino	221,66	36,12	7,56	-	-
7101001	Músculo bovino	63,94	3,81	1,81	7,73	0,39
7101006	Chambaril	242,00	24,22	15,42	-	-
7101006	Chambaril	242,00	24,22	15,42	-	-
7101006	Chambaril	264,66	24,22	17,98	-	-
7101009	Carne marica bovina	199,00	36,12	5,00	-	-
7101009	Carne marica bovina	221,66	36,12	7,56	-	-
7101009	Carne marica bovina	221,66	36,12	7,56	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	204,00	30,67	9,00	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	204,00	30,67	9,00	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	226,66	30,67	11,56	-	-
7101101	Peito bovino	204,00	30,67	9,00	-	-
7101101	Peito bovino	226,66	30,67	11,56	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	199,00	36,12	5,00	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	199,00	36,12	5,00	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	199,00	36,12	5,00	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	221,66	36,12	7,56	-	-
7101203	Aba de filé	242,00	24,22	15,42	-	-
7101203	Aba de filé	242,00	24,22	15,42	-	-
7101203	Aba de filé	264,66	24,22	17,98	-	-
7101301	Costela bovina	365,00	22,60	29,79	-	-
7101301	Costela bovina	365,00	22,60	29,79	-	-
7101301	Costela bovina	365,00	22,60	29,79	-	-
7101301	Costela bovina	365,00	22,60	29,79	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7101704 Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	2 Cozido(a)	365,00	22,60	29,79	-	-
7101704 Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	4 Assado(a)	365,00	22,60	29,79	-	-
7101704 Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	5 Frito(a)	365,00	22,60	29,79	-	-
7101706 Filé de segunda	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	242,00	24,22	15,42	-	-
7101706 Filé de segunda	4 Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-	-
7101706 Filé de segunda	5 Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-	-
7101706 Filé de segunda	6 Empanado(a)/à milanesa	280,84	24,68	18,03	3,39	0,14
7101706 Filé de segunda	10 Ao alho e óleo	264,66	24,22	17,98	-	-
7101801 Viscera bovina	2 Cozido(a)	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7101801 Viscera bovina	5 Frito(a)	213,66	29,08	7,82	5,13	-
7101806 Panelada (visceras bovinas não especificadas)	2 Cozido(a)	100,04	13,98	2,96	4,18	0,62
7101806 Panelada (visceras bovinas não especificadas)	13 Ensopado	100,04	13,98	2,96	4,18	0,62
7101901 Coração bovino	2 Cozido(a)	165,00	28,48	4,73	0,15	-
7101901 Coração bovino	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	165,00	28,48	4,73	0,15	-
7101901 Coração bovino	4 Assado(a)	165,00	28,48	4,73	0,15	-
7101901 Coração bovino	5 Frito(a)	187,66	28,48	7,29	0,15	-
7102001 Rim de boi	2 Cozido(a)	158,00	27,27	4,65	-	-
7102102 Bofe bovino	4 Assado(a)	158,00	27,27	4,65	-	-
7102102 Bofe bovino	5 Frito(a)	180,66	27,27	7,21	-	-
7102102 Bofe bovino	7 Refogado(a)	180,66	27,27	7,21	-	-
7102201 Miolo de boi	2 Cozido(a)	151,00	11,67	10,53	1,48	-
7102401 Tripa bovina	2 Cozido(a)	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102401 Tripa bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102401 Tripa bovina	4 Assado(a)	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102401 Tripa bovina	5 Frito(a)	116,66	11,71	6,61	1,99	-
7102402 Dobradinha fresca	2 Cozido(a)	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102402 Dobradinha fresca	4 Assado(a)	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102402 Dobradinha fresca	8 Molho vermelho	80,00	9,63	3,28	2,67	0,30
7102402 Dobradinha fresca	13 Ensopado	116,66	11,71	6,61	1,99	-
7102402 Dobradinha fresca	99 Não se aplica	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102403 Fato bovino	2 Cozido(a)	94,00	11,71	4,05	1,99	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidos totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7102403	Fato bovino	116,66	11,71	6,61	1,99	-
7102404	Fato caprino	94,00	11,71	4,05	1,99	-
7102501	Fígado bovino	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7102501	Fígado bovino	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7102501	Fígado bovino	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7102501	Fígado bovino	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7102501	Fígado bovino	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7102501	Fígado bovino	213,66	29,08	7,82	5,13	-
7102501	Fígado bovino	229,84	29,54	7,87	8,52	0,14
7102501	Fígado bovino	213,66	29,08	7,82	5,13	-
7102501	Fígado bovino	157,60	23,53	4,24	5,18	0,30
7102501	Fígado bovino	213,66	29,08	7,82	5,13	-
7102501	Fígado bovino	213,66	29,08	7,82	5,13	-
7102601	Cupim	330,10	28,63	23,04	-	-
7102601	Cupim	330,10	28,63	23,04	-	-
7102601	Cupim	363,08	26,91	27,63	-	-
7102701	Língua bovina	284,00	19,29	22,30	-	-
7102701	Língua bovina	284,00	19,29	22,30	-	-
7102701	Língua bovina	284,00	19,29	22,30	-	-
7102701	Língua bovina	306,66	19,29	24,86	-	-
7102701	Língua bovina	232,00	15,70	17,88	1,08	0,30
7102701	Língua bovina	306,66	19,29	24,86	-	-
7102801	Rabada de boi	365,00	22,60	29,79	-	-
7103101	Mocotó bovino	214,00	28,81	10,13	-	-
7103101	Mocotó bovino	214,00	28,81	10,13	-	-
7103101	Mocotó bovino	63,94	3,81	1,81	7,73	0,39
7103101	Mocotó bovino	214,00	28,81	10,13	-	-
7103104	Braço bovino	221,66	36,12	7,56	-	-
7103105	Mão bovina	214,00	28,81	10,13	-	-
7103301	Carré	397,00	29,06	30,30	-	-
7103301	Carré	397,00	29,06	30,30	-	-
7103301	Carré	397,00	29,06	30,30	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)	
							(continuação)
7104101	Carne suína	2	Cozido(a)	289,00	25,34	20,06	-
7104101	Carne suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	289,00	25,34	20,06	-
7104101	Carne suína	4	Assado(a)	289,00	25,34	20,06	-
7104101	Carne suína	5	Frito(a)	338,57	25,34	25,67	-
7104101	Carne suína	6	Empanado(a)/à milanesa	338,57	25,34	25,67	-
7104101	Carne suína	7	Refogado(a)	338,57	25,34	25,67	-
7104101	Carne suína	8	Molho vermelho	236,00	20,54	16,08	0,30
7104101	Carne suína	10	Ao alho e óleo	338,57	25,34	25,67	-
7104101	Carne suína	13	Ensopado	338,57	25,34	25,67	-
7104101	Carne suína	99	Não se aplica	289,00	25,34	20,06	-
7104301	Carne moída	1	Cru(a)	214,00	26,62	11,10	-
7104301	Carne moída	2	Cozido(a)	214,00	26,62	11,10	-
7104301	Carne moída	4	Assado(a)	214,00	26,62	11,10	-
7104301	Carne moída	5	Frito(a)	236,66	26,62	13,66	-
7104301	Carne moída	6	Empanado(a)/à milanesa	236,66	26,62	13,66	-
7104301	Carne moída	7	Refogado(a)	236,66	26,62	13,66	-
7104301	Carne moída	8	Molho vermelho	176,00	21,56	8,92	0,30
7104301	Carne moída	9	Molho branco	203,79	22,08	11,37	0,04
7104301	Carne moída	10	Ao alho e óleo	236,66	26,62	13,66	-
7104301	Carne moída	13	Ensopado	236,66	26,62	13,66	-
7104301	Carne moída	15	Sopa	63,94	3,81	1,81	0,39
7104301	Carne moída	99	Não se aplica	214,00	26,62	11,10	-
7104302	Guisado	99	Não se aplica	242,00	24,22	15,42	-
7104501	Tripa suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	233,00	12,49	20,32	-
7104501	Tripa suína	5	Frito(a)	255,66	12,49	22,88	-
7104601	Figado suíno	2	Cozido(a)	165,00	26,02	4,40	3,76
7104601	Figado suíno	4	Assado(a)	165,00	26,02	4,40	3,76
7104601	Figado suíno	5	Frito(a)	187,66	26,02	6,96	3,76
7104701	Lingua suína	2	Cozido(a)	271,00	24,10	18,60	-
7104701	Lingua suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	271,00	24,10	18,60	-
7104701	Lingua suína	4	Assado(a)	271,00	24,10	18,60	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7104701	Lingua suína	293,66	24,10	21,16	-	-
7104701	Lingua suína	293,66	24,10	21,16	-	-
7105001	Orelha suína fresca	214,00	28,81	10,13	-	-
7105103	Sarrabulho	100,04	13,98	2,96	4,18	0,62
7105203	Mocotó suíno	214,00	28,81	10,13	-	-
7105401	Carne de cabrito	143,00	27,10	3,03	-	-
7105401	Carne de cabrito	143,00	27,10	3,03	-	-
7105401	Carne de cabrito	143,00	27,10	3,03	-	-
7105402	Carne de bode	143,00	27,10	3,03	-	-
7105402	Carne de bode	143,00	27,10	3,03	-	-
7105402	Carne de bode	143,00	27,10	3,03	-	-
7105402	Carne de bode	165,66	27,10	5,59	-	-
7105403	Carne caprina	143,00	27,10	3,03	-	-
7105403	Carne caprina	143,00	27,10	3,03	-	-
7105403	Carne caprina	165,66	27,10	5,59	-	-
7105403	Carne caprina	165,66	27,10	5,59	-	-
7105405	Carne de caprino	143,00	27,10	3,03	-	-
7105405	Carne de caprino	143,00	27,10	3,03	-	-
7105405	Carne de caprino	165,66	27,10	5,59	-	-
7105601	Carne de carneiro	204,00	28,35	9,17	-	-
7105601	Carne de carneiro	204,00	28,35	9,17	-	-
7105601	Carne de carneiro	204,00	28,35	9,17	-	-
7105601	Carne de carneiro	253,57	28,35	14,78	-	-
7105601	Carne de carneiro	253,57	28,35	14,78	-	-
7105602	Carne de ovelha	204,00	28,35	9,17	-	-
7105602	Carne de ovelha	204,00	28,35	9,17	-	-
7105602	Carne de ovelha	204,00	28,35	9,17	-	-
7105602	Carne de ovelha	204,00	28,35	9,17	-	-
7105602	Carne de ovelha	253,57	28,35	14,78	-	-
7105801	Mocotó de caprino	214,00	28,81	10,13	-	-
7106301	Pernil	289,00	25,34	20,06	-	-
7106301	Pernil	289,00	25,34	20,06	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7106301	Pernil	4	Assado(a)	289,00	25,34	20,06	-
7106301	Pernil	5	Frito(a)	338,57	25,34	25,67	-
7106401	Lagarto bovino	2	Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-
7106401	Lagarto bovino	4	Assado(a)	199,00	36,12	5,00	-
7106401	Lagarto bovino	5	Frito(a)	248,57	36,12	10,61	-
7106401	Lagarto bovino	7	Refogado(a)	248,57	36,12	10,61	-
7106401	Lagarto bovino	8	Molho vermelho	164,00	29,16	4,04	0,30
7106501	Alcatra suína	2	Cozido(a)	289,00	25,34	20,06	-
7106501	Alcatra suína	4	Assado(a)	289,00	25,34	20,06	-
7106501	Alcatra suína	5	Frito(a)	338,57	25,34	25,67	-
7107102	Brachola	99	Não se aplica	204,00	30,67	9,00	-
7107103	Bife role cru	99	Não se aplica	204,00	30,67	9,00	-
7107204	Buchada de bode	99	Não se aplica	125,00	19,80	4,40	3,90
7107501	Sua suína	2	Cozido(a)	397,00	29,06	30,30	-
7107501	Sua suína	5	Frito(a)	397,00	29,06	30,30	-
7107601	Carne de outros animais	1	Cru(a)	242,00	24,22	15,42	-
7107601	Carne de outros animais	2	Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-
7107601	Carne de outros animais	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	242,00	24,22	15,42	-
7107601	Carne de outros animais	4	Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-
7107601	Carne de outros animais	5	Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-
7107601	Carne de outros animais	7	Refogado(a)	264,66	24,22	17,98	-
7107601	Carne de outros animais	8	Molho vermelho	198,40	19,64	12,37	0,30
7107601	Carne de outros animais	13	Ensopado	264,66	24,22	17,98	-
7107601	Carne de outros animais	99	Não se aplica	242,00	24,22	15,42	-
7107603	Carne da paca	2	Cozido(a)	212,00	34,85	6,96	-
7107603	Carne da paca	4	Assado(a)	212,00	34,85	6,96	-
7107603	Carne da paca	5	Frito(a)	234,66	34,85	9,52	-
7107611	Carne de jacaré	2	Cozido(a)	92,00	19,40	1,60	-
7107611	Carne de jacaré	5	Frito(a)	114,66	19,40	4,16	-
7107615	Carne de capivara	2	Cozido(a)	212,00	34,85	6,96	-
7107615	Carne de capivara	4	Assado(a)	212,00	34,85	6,96	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7107615	Carne de capivara	234,66	34,85	9,52	-	-
7107617	Carne de cotia	212,00	34,85	6,96	-	-
7107617	Carne de cotia	212,00	34,85	6,96	-	-
7107622	Carne de jabuti	117,00	24,16	1,53	-	-
7107801	Carne de primeira	204,00	30,67	9,00	-	-
7107801	Carne de primeira	204,00	30,67	9,00	-	-
7107801	Carne de primeira	204,00	30,67	9,00	-	-
7107801	Carne de primeira	226,66	30,67	11,56	-	-
7107801	Carne de primeira	242,84	31,13	11,61	3,39	0,14
7107801	Carne de primeira	226,66	30,67	11,56	-	-
7107801	Carne de primeira	168,00	24,80	7,24	1,08	0,30
7107801	Carne de primeira	195,79	25,32	9,69	1,85	0,04
7107801	Carne de primeira	223,14	30,69	11,17	0,00	-
7107804	Chuleta	204,00	30,67	9,00	-	-
7107804	Chuleta	204,00	30,67	9,00	-	-
7107804	Chuleta	204,00	30,67	9,00	-	-
7107804	Chuleta	226,66	30,67	11,56	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7107805	Filé não especificado	226,66	30,67	11,56	-	-
7107805	Filé não especificado	242,84	31,13	11,61	3,39	0,14
7107805	Filé não especificado	226,66	30,67	11,56	-	-
7107805	Filé não especificado	168,00	24,80	7,24	1,08	0,30
7107805	Filé não especificado	223,14	30,69	11,17	0,00	-
7107805	Filé não especificado	226,66	30,67	11,56	-	-
7107805	Filé não especificado	204,00	30,67	9,00	-	-
7108107	Miúdo de bode	191,00	29,08	5,26	5,13	-
7108301	Pé suíno fresco	214,00	28,81	10,13	-	-
7108301	Pé suíno fresco	214,00	28,81	10,13	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
								Fibra alimentar total (g)	
7108301	Pé suíno fresco	5	Frito(a)	236,66	28,81	12,69	-	-	-
7109101	Carne bovina	1	Cru(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7109101	Carne bovina	2	Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7109101	Carne bovina	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7109101	Carne bovina	4	Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7109101	Carne bovina	5	Frito(a)	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7109101	Carne bovina	6	Empanado(a)/à milanesa	280,84	24,88	18,03	3,39	0,14	-
7109101	Carne bovina	7	Refogado(a)	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7109101	Carne bovina	8	Molho vermelho	198,40	19,64	12,37	1,08	0,30	-
7109101	Carne bovina	9	Molho branco	226,19	20,16	14,83	1,85	0,04	-
7109101	Carne bovina	10	Ao alho e óleo	261,14	24,24	17,59	0,00	-	-
7109101	Carne bovina	11	Com manteiga/óleo	261,14	24,24	17,59	0,00	-	-
7109101	Carne bovina	12	Ao vinagrete	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7109101	Carne bovina	13	Ensopado	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7109101	Carne bovina	15	Sopa	63,94	3,81	1,81	7,73	0,39	-
7109101	Carne bovina	99	Não se aplica	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	1	Cru(a)	289,00	25,34	20,06	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	2	Cozido(a)	289,00	25,34	20,06	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	4	Assado(a)	289,00	25,34	20,06	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	5	Frito(a)	338,57	25,34	25,67	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	9	Molho branco	289,00	25,34	20,06	-	-	-
7110801	Músculo não especificado	2	Cozido(a)	199,00	36,12	5,00	-	-	-
7110801	Músculo não especificado	13	Ensopado	221,66	36,12	7,56	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	2	Cozido(a)	164,00	26,13	5,81	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	7	Refogado(a)	186,66	26,13	8,37	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	15	Sopa	164,00	26,13	5,81	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	99	Não se aplica	164,00	26,13	5,81	-	-	-
7111202	Carne de segunda	1	Cru(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7111202	Carne de segunda	2	Cozido(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7111202	Carne de segunda	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7111202	Carne de segunda	4	Assado(a)	242,00	24,22	15,42	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7111202	Carne de segunda	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7111202	Carne de segunda	280,84	24,68	18,03	3,39	0,14	-
7111202	Carne de segunda	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7111202	Carne de segunda	198,40	19,64	12,37	1,08	0,30	-
7111202	Carne de segunda	261,14	24,24	17,59	0,00	-	-
7111202	Carne de segunda	264,66	24,22	17,98	-	-	-
7111401	Contrafilé orgânico	204,00	30,67	9,00	-	-	-
7111405	Bisteca orgânica	471,00	21,57	41,98	-	-	-
7111405	Bisteca orgânica	471,00	21,57	41,98	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	199,00	36,12	5,00	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	199,00	36,12	5,00	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	248,57	36,12	10,61	-	-	-
7111806	Tatu (lagarto redondo) orgânico	199,00	36,12	5,00	-	-	-
Pescados e frutos do mar							
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	98,40	19,59	1,26	1,08	0,30	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	140,05	20,81	5,11	1,47	0,07	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	140,05	20,81	5,11	1,47	0,07	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-	-
7260101	Camarão	99,00	20,91	1,08	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
							(continuação)				
7260101	Camarão	2	Cozido(a)	99,00	20,91	1,08	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	99,00	20,91	1,08	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	4	Assado(a)	99,00	20,91	1,08	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	5	Frito(a)	121,66	20,91	3,64	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	6	Empanado(a)/à milanesa	137,84	21,37	3,69	3,39	0,14	-	-	-
7260101	Camarão	7	Refogado(a)	121,66	20,91	3,64	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	8	Molho vermelho	84,00	16,99	0,90	1,08	0,30	-	-	-
7260101	Camarão	9	Molho branco	125,65	18,21	4,75	1,47	0,07	-	-	-
7260101	Camarão	10	Ao alho e óleo	121,66	20,91	3,64	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	13	Ensopado	121,66	20,91	3,64	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	99	Não se aplica	99,00	20,91	1,08	-	-	-	-	-
7261101	Siri	2	Cozido(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7261101	Siri	6	Empanado(a)/à milanesa	140,84	20,66	4,38	3,39	0,14	-	-	-
7261101	Siri	7	Refogado(a)	124,66	20,20	4,33	-	-	-	-	-
7261120	Bau (siri)	2	Cozido(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7261121	Goiá	1	Cru(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	2	Cozido(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	4	Assado(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	12	Ao vinagre	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7262105	Gualamu	2	Cozido(a)	102,00	20,20	1,77	-	-	-	-	-
7263101	Marisco	2	Cozido(a)	148,00	25,55	1,95	5,13	-	-	-	-
7263101	Marisco	5	Frito(a)	170,66	25,55	4,51	5,13	-	-	-	-
7263101	Marisco	8	Molho vermelho	123,20	20,70	1,60	5,18	0,30	-	-	-
7263101	Marisco	99	Não se aplica	148,00	25,55	1,95	5,13	-	-	-	-
7264101	Ostra	2	Cozido(a)	137,00	14,10	4,91	7,82	-	-	-	-
7265101	Lula	6	Empanado(a)/à milanesa	143,84	18,32	4,19	6,92	0,14	-	-	-
7266101	Sururu	2	Cozido(a)	148,00	25,55	1,95	5,13	-	-	-	-
7266101	Sururu	13	Ensopado	170,66	25,55	4,51	5,13	-	-	-	-
7270401	Bacalhau	2	Cozido(a)	117,00	24,16	1,53	-	-	-	-	-
7270401	Bacalhau	4	Assado(a)	117,00	24,16	1,53	-	-	-	-	-
7270401	Bacalhau	5	Frito(a)	139,66	24,16	4,09	-	-	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7270401 Bacalhau	6 Empanado(a)/à milanesa	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14
7270401 Bacalhau	7 Refogado(a)	139,66	24,16	4,09	-	-
7270401 Bacalhau	8 Molho vermelho	98,40	19,59	1,26	1,08	0,30
7270401 Bacalhau	13 Ensopado	139,66	24,16	4,09	-	-
7270401 Bacalhau	99 Não se aplica	117,00	24,16	1,53	-	-
7273101 Ovas de peixe (qualquer espécie)	4 Assado(a)	204,00	28,62	8,23	1,92	-
7273101 Ovas de peixe (qualquer espécie)	5 Frito(a)	226,66	28,62	10,79	1,92	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1 Cru(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	117,00	24,16	1,53	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	139,66	24,16	4,09	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	7 Refogado(a)	139,66	24,16	4,09	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	98,40	19,59	1,26	1,08	0,30
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9 Molho branco	126,19	20,11	3,71	1,85	0,04
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	139,66	24,16	4,09	-	-
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	99 Não se aplica	117,00	24,16	1,53	-	-
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	117,00	24,16	1,53	-	-
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	139,66	24,16	4,09	-	-
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	98,40	19,59	1,26	1,08	0,30
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	139,66	24,16	4,09	-	-
7444101 Tracajá	2 Cozido(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1 Cru(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	117,00	24,16	1,53	-	-
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	117,00	24,16	1,53	-	-
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	139,66	24,16	4,09	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação					(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14					
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-					
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	98,40	19,59	1,26	1,08	0,30					
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	140,05	20,81	5,11	1,47	0,07					
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-					
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-					
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-					
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	117,00	24,16	1,53	-	-					
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	139,66	24,16	4,09	-	-					
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	155,84	24,62	4,14	3,39	0,14					
Enlatados e conservas											
7700101	Azeitona	145,00	1,03	15,32	3,84	3,30					
7700201	Ervilha em conserva	69,00	4,42	0,35	12,58	4,10					
7700202	<i>Petit-pois</i>	69,00	4,42	0,35	12,58	4,10					
7700401	Milho verde em conserva	81,00	2,64	0,93	18,80	1,90					
7700501	Palmito em conserva	29,00	2,52	0,62	4,62	2,40					
7700601	Cogumelo em conserva	50,74	1,87	3,20	5,09	2,40					
7700602	<i>Champignon</i> em conserva	50,74	1,87	3,20	5,09	2,40					
7700701	Aspargo em conserva	19,00	2,14	0,65	2,46	1,60					
7700901	Repolho em conserva	19,00	0,91	0,14	4,28	2,90					
7700902	<i>Chucrute</i>	19,00	0,91	0,14	4,28	2,90					
7701101	Legume não especificado em conserva	47,00	2,53	0,26	9,06	2,80					
7701404	Creme de cebola (sopa desidratada)	46,31	0,82	2,47	5,34	0,20					
7701405	Creme de legumes (sopa desidratada)	10,55	0,48	0,02	2,15	0,23					
7701406	<i>Yakissoba</i>	527,00	8,38	30,76	57,54	3,90					
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	79,52	3,83	0,47	16,81	2,96					
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	79,52	3,83	0,47	16,81	2,96					
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	79,52	3,83	0,47	16,81	2,96					
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	79,52	3,83	0,47	16,81	2,96					
7701901	Feijoadá	181,59	11,11	7,90	16,92	5,68					
7702001	Feijão branco com dobradinha em conserva	136,38	10,68	5,91	10,20	2,33					

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7702101	Cozido	87,33	5,61	3,79	7,93	1,74	-
7702302	Pasta de carne em conserva	245,65	9,89	16,89	14,10	0,17	-
7702402	Pasta de presunto em conserva	276,46	17,86	21,43	1,80	-	-
7702502	Pasta de galinha em conserva	214,36	16,39	14,53	3,66	0,25	-
7702601	Carne bovina em conserva	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7702602	Almôndega	214,85	20,64	9,20	11,00	0,76	-
7702603	Kitute bovino	242,00	24,22	15,42	-	-	-
7702604	Almôndega ao molho em conserva	203,52	16,16	10,72	9,70	0,91	-
7702704	Kitute suíno	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702705	Presuntada	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702707	Fiambre	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702707	Fiambre	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702707	Fiambre	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702707	Fiambre	178,00	22,62	9,02	-	-	-
7702801	Salsicha em conserva	269,08	8,30	25,81	0,27	0,01	-
7703002	Sardinha em conserva	208,00	24,62	11,45	-	-	-
7703402	Atum em conserva	198,00	29,13	8,21	-	-	-
7703701	Pepino em conserva	12,00	0,60	0,14	2,59	1,10	-
7703902	Pasta de peixe em conserva	198,00	29,13	8,21	-	-	-
7704001	Picles	12,00	0,60	0,14	2,59	1,10	-
7705201	Nabo em conserva	43,26	0,87	0,19	9,94	1,59	-
7705401	Stroganoff	147,68	12,83	9,11	4,13	0,44	-
7706001	Salmao em conserva	136,00	23,08	4,83	-	-	-
7706104	Creme de cebola (sopa desidratada) /light	46,31	0,82	2,47	5,34	0,20	-
7706105	Creme de legumes (sopa desidratada) /light	10,55	0,48	0,02	2,15	0,23	-
7706106	Yaki/ssoba (sopa de legumes desidratada) /light	80,04	3,01	0,47	15,61	0,97	-
7706302	Atum em conserva /light	116,00	25,51	0,82	-	-	-
Aves e ovos							
7800103	Frango inteiro	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800103	Frango inteiro	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800103	Frango inteiro	239,00	27,30	13,60	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
								Fibra alimentar total (g)	
7800103	Frango inteiro	4	Assado(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800103	Frango inteiro	5	Frito(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800103	Frango inteiro	6	Empanado(a)/à milanesa	277,84	27,76	16,21	3,39	0,14	-
7800103	Frango inteiro	7	Refogado(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800103	Frango inteiro	8	Molho vermelho	196,00	22,10	10,92	1,08	0,30	-
7800103	Frango inteiro	13	Ensopado	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	1	Cru(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	2	Cozido(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	4	Assado(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	5	Frito(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	6	Empanado(a)/à milanesa	277,84	27,76	16,21	3,39	0,14	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	7	Refogado(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	8	Molho vermelho	196,00	22,10	10,92	1,08	0,30	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	13	Ensopado	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	99	Não se aplica	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	1	Cru(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	2	Cozido(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	4	Assado(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	5	Frito(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	6	Empanado(a)/à milanesa	277,84	27,76	16,21	3,39	0,14	-
7800302	Frango em pedaços	7	Refogado(a)	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	8	Molho vermelho	196,00	22,10	10,92	1,08	0,30	-
7800302	Frango em pedaços	9	Molho branco	226,79	22,60	13,71	1,85	0,04	-
7800302	Frango em pedaços	10	Ao alho e óleo	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	11	Com manteiga/óleo	192,14	30,93	6,68	0,00	-	-
7800302	Frango em pedaços	13	Ensopado	261,66	27,30	16,16	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	15	Sopa	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13	-
7800302	Frango em pedaços	99	Não se aplica	239,00	27,30	13,60	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	2	Cozido(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação					(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
7800303	Galinha em pedaços	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800303	Galinha em pedaços	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800303	Galinha em pedaços	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800303	Galinha em pedaços	277,84	27,76	16,21	3,39	0,14					
7800303	Galinha em pedaços	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800303	Galinha em pedaços	196,00	22,10	10,92	1,08	0,30					
7800303	Galinha em pedaços	226,79	22,60	13,71	1,85	0,04					
7800303	Galinha em pedaços	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800304	Carne de galinha	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800304	Carne de galinha	277,84	27,76	16,21	3,39	0,14					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800304	Carne de galinha	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800304	Carne de galinha	226,79	22,60	13,71	1,85	0,04					
7800304	Carne de galinha	261,66	27,30	16,16	-	-					
7800304	Carne de galinha	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13					
7800304	Carne de galinha	239,00	27,30	13,60	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14					
7800401	Peito de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	143,20	24,99	3,64	1,08	0,30					
7800401	Peito de galinha ou frango	170,99	25,51	6,10	1,85	0,04					
7800401	Peito de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-					
7800401	Peito de galinha ou frango	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13					

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7800401	Peito de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800402	Filé de frango	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14	-
7800402	Filé de frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800402	Filé de frango	143,20	24,99	3,64	1,08	0,30	-
7800402	Filé de frango	170,99	25,51	6,10	1,85	0,04	-
7800402	Filé de frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800402	Filé de frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800402	Filé de frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	173,00	30,91	4,51	-	-	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	195,66	30,91	7,07	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	290,00	26,86	19,46	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	290,00	26,86	19,46	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	290,00	26,86	19,46	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	290,00	26,86	19,46	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	312,66	26,86	22,02	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	328,84	27,32	22,07	3,39	0,14	-
7800701	Asa de galinha ou frango	312,66	26,86	22,02	-	-	-
7800701	Asa de galinha ou frango	236,80	21,75	15,60	1,08	0,30	-
7800701	Asa de galinha ou frango	312,66	26,86	22,02	-	-	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	213,00	27,73	10,50	-	-	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	213,00	27,73	10,50	-	-	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	213,00	27,73	10,50	-	-	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	235,66	27,73	13,06	-	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
7800702	Drumete de galinha ou frango	235,66	27,73	13,06	-	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	175,20	22,45	8,44	1,08	0,30
7800801	Pescoço de galinha ou frango	300,00	25,95	20,97	-	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	300,00	25,95	20,97	-	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	322,66	25,95	23,53	-	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	322,66	25,95	23,53	-	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	272,59	21,54	19,27	1,85	0,04
7800901	Pé de galinha ou frango	215,00	19,40	14,60	0,20	-
7800901	Pé de galinha ou frango	215,00	19,40	14,60	0,20	-
7800901	Pé de galinha ou frango	215,00	19,40	14,60	0,20	-
7800901	Pé de galinha ou frango	237,66	19,40	17,16	0,20	-
7800901	Pé de galinha ou frango	237,66	19,40	17,16	0,20	-
7800901	Pé de galinha ou frango	176,80	15,78	11,72	1,24	0,30
7800901	Pé de galinha ou frango	237,66	19,40	17,16	0,20	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	167,00	24,46	6,51	0,87	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	167,00	24,46	6,51	0,87	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	189,66	24,46	9,07	0,87	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	138,40	19,83	5,24	1,77	0,30
7801001	Miúdo de galinha ou frango	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13
7801101	Moela de galinha ou frango	146,00	30,39	2,68	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	146,00	30,39	2,68	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	168,66	30,39	5,24	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	168,66	30,39	5,24	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	121,60	24,58	2,18	1,08	0,30
7801101	Moela de galinha ou frango	149,39	25,09	4,63	1,85	0,04
7801101	Moela de galinha ou frango	168,66	30,39	5,24	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13
7801202	Coração de frango	185,00	26,41	7,92	0,10	-
7801202	Coração de frango	185,00	26,41	7,92	0,10	-
7801202	Coração de frango	185,00	26,41	7,92	0,10	-
7801202	Coração de frango	207,66	26,41	10,48	0,10	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
							(continuação)	
7801202	Coração de frango	13	Ensopado	185,00	26,41	7,92	0,10	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	2	Cozido(a)	167,00	24,46	6,51	0,87	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	4	Assado(a)	167,00	24,46	6,51	0,87	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	5	Frito(a)	189,66	24,46	9,07	0,87	-
7801407	Canja	99	Não se aplica	31,47	1,61	1,06	3,64	0,13
7801702	Peru em pedaço não especificado	2	Cozido(a)	207,00	26,94	10,24	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	4	Assado(a)	207,00	26,94	10,24	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	5	Frito(a)	229,66	26,94	12,80	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	13	Ensopado	229,66	26,94	12,80	-	-
7801801	Peito de peru	1	Cru(a)	140,00	30,19	1,18	-	-
7801801	Peito de peru	2	Cozido(a)	140,00	30,19	1,18	-	-
7801801	Peito de peru	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	140,00	30,19	1,18	-	-
7801801	Peito de peru	4	Assado(a)	140,00	30,19	1,18	-	-
7801801	Peito de peru	5	Frito(a)	162,66	30,19	3,74	-	-
7801801	Peito de peru	6	Empanado(a)/à milanesa	162,66	30,19	3,74	-	-
7801801	Peito de peru	99	Não se aplica	140,00	30,19	1,18	-	-
7802101	Asa de peru	2	Cozido(a)	229,00	27,38	12,43	-	-
7802101	Asa de peru	4	Assado(a)	229,00	27,38	12,43	-	-
7802701	Chester	2	Cozido(a)	207,00	26,94	10,24	-	-
7802701	Chester	4	Assado(a)	207,00	26,94	10,24	-	-
7802701	Chester	99	Não se aplica	207,00	26,94	10,24	-	-
7802702	Tender	4	Assado(a)	178,00	22,62	9,02	-	-
7802801	Nambu	2	Cozido(a)	219,00	23,90	13,00	-	-
7802901	Nuggets de frango	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
7802901	Nuggets de frango	4	Assado(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
7802901	Nuggets de frango	5	Frito(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
7802901	Nuggets de frango	6	Empanado(a)/à milanesa	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
7802901	Nuggets de frango	7	Refogado(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
7802902	Steak de frango	2	Cozido(a)	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14
7802902	Steak de frango	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14
7802902	Steak de frango	4	Assado(a)	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
							Fibra alimentar total (g)	
7802902	Steak de frango	5 Frito(a)	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14	
7802902	Steak de frango	6 Empanado(a)/à milanesa	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14	
7802902	Steak de frango	99 Não se aplica	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14	
7803001	Codorna	5 Frito(a)	269,66	32,40	14,66	-	-	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	2 Cozido(a)	290,00	26,86	19,46	-	-	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	4 Assado(a)	290,00	26,86	19,46	-	-	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	5 Frito(a)	312,66	26,86	22,02	-	-	
7803301	Ovo de galinha	1 Cru(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	2 Cozido(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	4 Assado(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	5 Frito(a)	222,59	13,67	17,65	1,22	-	
7803301	Ovo de galinha	7 Refogado(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	8 Molho vermelho	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	10 Ao alho e óleo	222,59	13,67	17,65	1,22	-	
7803301	Ovo de galinha	11 Com manteiga/óleo	214,18	13,73	16,70	1,22	-	
7803301	Ovo de galinha	12 Ao vinagrete	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	13 Ensopado	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	14 Mingau	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803301	Ovo de galinha	99 Não se aplica	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803501	Ovo de codorna	1 Cru(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803501	Ovo de codorna	2 Cozido(a)	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803501	Ovo de codorna	5 Frito(a)	222,59	13,67	17,65	1,22	-	
7803501	Ovo de codorna	12 Ao vinagrete	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803501	Ovo de codorna	99 Não se aplica	155,00	12,58	10,61	1,12	-	
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	2 Cozido(a)	247,00	32,40	12,10	-	-	
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	4 Assado(a)	247,00	32,40	12,10	-	-	
7803703	Capote	2 Cozido(a)	247,00	32,40	12,10	-	-	
7803703	Capote	4 Assado(a)	247,00	32,40	12,10	-	-	
7803703	Capote	5 Frito(a)	269,66	32,40	14,66	-	-	
7803707	Murtum	2 Cozido(a)	239,00	27,30	13,60	-	-	
7803907	Pato em pedaços	2 Cozido(a)	201,00	26,14	9,97	-	-	

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7803907	Pato em pedaços	201,00	26,14	9,97	-	-
7803908	Peito de pato	223,66	26,14	12,53	-	-
7803913	Carne de pato	201,00	26,14	9,97	-	-
7803913	Carne de pato	201,00	26,14	9,97	-	-
7803913	Carne de pato	223,66	26,14	12,53	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	140,00	30,19	1,18	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	140,00	30,19	1,18	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	140,00	30,19	1,18	-	-
7805501	Frango inteiro orgânico	239,00	27,30	13,60	-	-
7805501	Frango inteiro orgânico	239,00	27,30	13,60	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	173,00	30,91	4,51	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	173,00	30,91	4,51	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	195,66	30,91	7,07	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	211,84	31,37	7,12	3,39	0,14
Laticínios						
7900101	Leite de vaca integral	60,03	3,22	3,25	4,52	-
7900201	Leite de vaca fresco	60,03	3,22	3,25	4,52	-
7900301	Leite de cabra	69,03	3,56	4,14	4,45	-
7900601	Leite em pó integral	480,00	25,76	26,00	36,16	-
7900710	Leite em pó desnatado	358,00	35,10	0,72	52,19	-
7900801	Leite em pó	480,00	25,76	26,00	36,16	-
7900901	Leite condensado	319,70	7,88	8,67	54,18	-
7900903	Leite beijinho	319,70	7,88	8,67	54,18	-
7901001	Creme de leite	292,00	2,17	30,91	2,96	-
7901101	<i>Chantilly</i>	276,39	2,93	24,57	12,36	-
7901201	logurte de qualquer sabor	98,69	3,46	3,47	14,62	2,13
7901203	logurte desnatado	56,00	5,73	0,18	7,68	-
7901204	logurte natural	61,00	3,47	3,25	4,66	-
7901301	<i>Yakult</i> de qualquer sabor	69,30	3,03	0,07	14,46	-
7901303	Bebida láctea	91,13	2,78	1,15	18,03	0,14
7901304	Leite fermentado	50,23	3,32	1,98	4,70	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7901401	Coalhada	61,00	3,47	3,25	4,66	-
7901501	Manteiga com ou sem sal	717,00	0,85	81,11	0,06	-
7901505	Manteiga de garrafa	717,00	0,85	81,11	0,06	-
7901602	Margarina com ou sem sal	719,00	0,90	80,50	0,90	-
7901701	Queijo prato	302,00	25,96	20,03	3,83	-
7901703	Queijo colonial	302,00	25,96	20,03	3,83	-
7901705	Queijo de colônia	302,00	25,96	20,03	3,83	-
7901801	Queijo muçarela	318,00	21,60	24,64	2,47	-
7901803	Muçarela	318,00	21,60	24,64	2,47	-
7901807	Muçarela de búfala	318,00	21,60	24,64	2,47	-
7901809	Queijo de búfala	318,00	21,60	24,64	2,47	-
7901901	Queijo de reino	356,00	24,94	27,44	2,22	-
7902001	Queijo de minas	240,00	17,60	14,10	10,60	-
7902003	Queijo de manteiga	318,00	21,60	24,64	2,47	-
7902004	Quechímia	240,00	17,60	14,10	10,60	-
7902005	Queijo de coalho	373,00	24,48	30,28	0,68	-
7902008	Queijo canastra	240,00	17,60	14,10	10,60	-
7902201	Queijo ricota	174,00	11,26	12,98	3,04	-
7902301	Leite de soja com sabor	64,05	3,68	1,65	9,07	1,10
7902303	Ades original	54,00	3,27	1,75	6,28	0,60
7902403	Queijo ralado	431,00	38,46	28,61	4,06	-
7902501	Queijo provolone	351,00	25,58	26,62	2,14	-
7902801	Queijo polenguinho	349,00	7,55	34,87	2,66	-
7902901	Requeijão	231,00	10,60	17,60	7,00	-
7902902	Queijo cremoso	231,00	10,60	17,60	7,00	-
7903001	Queijo não especificado	375,00	22,15	31,25	1,60	-
7903101	Leite com sabor	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
7903102	Leite achocolatado	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
7903109	Leite aromatizado	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
7903110	Bebida achocolatada	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
7903201	Nata	195,00	2,70	19,31	3,66	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidos totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
7903301	Queijo gorgonzola	353,00	21,40	28,74	2,34	-	-
7903402	Tofu	61,00	6,55	3,69	1,80	0,20	0,20
7903501	Leite de soja em pó	408,33	32,85	13,22	42,13	9,18	9,18
7903601	Leite de vaca desnatado	34,15	3,39	0,08	4,98	-	-
7903702	Leite de vaca semidesnatado	42,00	3,37	0,97	4,99	-	-
7903801	Leite não especificado pasteurizado	60,03	3,22	3,25	4,52	-	-
7903901	iogurte de qualquer sabor <i>light</i>	102,00	4,37	1,08	19,05	0,30	0,30
7904001	iogurte de qualquer sabor <i>diet</i>	51,35	3,11	2,65	3,88	0,08	0,08
7904201	Margarina <i>light</i>	253,69	0,08	28,52	0,27	-	-
7904301	Leite de vaca integral orgânico	60,03	3,22	3,25	4,52	-	-
7904401	Leite de vaca fresco orgânico	60,03	3,22	3,25	4,52	-	-
7904601	Leite semidesnatado de vaca orgânico	42,00	3,37	0,97	4,99	-	-
7904701	Creme de leite orgânico	292,00	2,17	30,91	2,96	-	-
7904801	iogurte de qualquer sabor orgânico	98,69	3,46	3,47	14,62	2,13	2,13
7904803	iogurte de qualquer sabor desnatado orgânico	95,00	4,40	0,20	19,00	-	-
7904804	iogurte natural de qualquer sabor orgânico	61,00	3,47	3,25	4,66	-	-
7905103	Muçarela <i>light</i>	302,00	25,96	20,03	3,83	-	-
7905104	Queijo muçarela <i>light</i>	302,00	25,96	20,03	3,83	-	-
7905201	Leite de soja com sabor <i>light</i>	53,21	2,56	1,03	8,62	0,69	0,69
7905203	Ades <i>light</i>	39,37	1,99	0,82	6,18	0,55	0,55
7905601	Creme de leite <i>light</i>	59,00	2,60	1,40	9,00	-	-
7905901	Queijo prato <i>light</i>	297,30	24,49	21,36	1,22	-	-
7906001	Queijo de minas <i>light</i>	90,00	13,74	1,93	3,63	-	-
7906005	Queijo de coalho <i>light</i>	297,30	24,49	21,36	1,22	-	-
7906201	Queijo ricota <i>light</i>	92,69	14,56	0,29	7,08	-	-
7906303	Queijo ralado <i>light</i>	265,00	20,00	20,00	1,37	-	-
7906401	Queijo polenguinho <i>light</i>	231,00	10,60	17,60	7,00	-	-
7906501	Requeijão <i>light</i>	231,00	10,60	17,60	7,00	-	-
7906601	Queijo não especificado <i>light</i>	90,00	13,74	1,93	3,63	-	-
7906702	Leite achocolatado <i>light</i>	63,00	3,24	1,00	10,44	0,50	0,50
7906710	Bebida achocolatada <i>light</i>	63,00	3,24	1,00	10,44	0,50	0,50

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
7906801 Leite com sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	73,29	3,48	3,51	7,09	0,39
7906802 Leite achocolatado <i>diet</i>	99 Não se aplica	73,29	3,48	3,51	7,09	0,39
7906810 Bebida achocolatada <i>diet</i>	99 Não se aplica	73,29	3,48	3,51	7,09	0,39
7906901 Leite de soja em pó <i>light</i>	99 Não se aplica	379,58	32,94	2,80	59,92	2,40
7907001 Leite em pó com sabor	99 Não se aplica	405,00	3,30	3,10	90,90	4,80
7907101 Manteiga com ou sem sal <i>light</i>	99 Não se aplica	347,32	0,41	39,29	0,03	-
7907301 Queijo de minas fresco orgânico	99 Não se aplica	240,00	17,60	14,10	10,60	-
7907305 Queijo de coalho fresco orgânico	99 Não se aplica	373,00	24,48	30,28	0,68	-
Panificados						
8000103 Pão de hambúrguer	99 Não se aplica	279,00	9,50	4,33	49,45	2,10
8000105 Pão de sal	99 Não se aplica	300,00	8,00	3,10	58,60	2,30
8000201 Pão doce	99 Não se aplica	355,23	5,15	13,08	55,83	2,02
8000203 Chique	99 Não se aplica	355,23	5,15	13,08	55,83	2,02
8000218 Chique com farofa	99 Não se aplica	355,23	5,15	13,08	55,83	2,02
8000229 Pão de mel	99 Não se aplica	508,36	4,46	18,34	85,04	1,85
8000234 Panetone	99 Não se aplica	355,95	7,45	10,43	58,03	2,14
8000237 Bismaguinha	99 Não se aplica	310,00	10,86	6,47	52,04	2,00
8000240 <i>Croissant</i>	99 Não se aplica	455,16	8,04	26,26	46,84	1,75
8000501 Pão de forma industrializado de qualquer marca	99 Não se aplica	266,00	7,64	3,29	50,61	2,40
8000801 Pão de queijo	99 Não se aplica	363,00	5,10	24,60	34,20	0,60
8001101 Pão de milho	99 Não se aplica	316,62	7,20	10,43	47,96	4,38
8001401 Pão integral	99 Não se aplica	247,00	12,95	3,35	41,29	6,71
8001501 Pão não especificado	99 Não se aplica	300,00	8,00	3,10	58,60	2,30
8001901 Torrada de qualquer pão	99 Não se aplica	377,00	10,50	3,30	74,60	3,40
8002001 Rosca doce	99 Não se aplica	422,97	4,54	20,61	55,53	1,07
8002002 Rosquinha doce	99 Não se aplica	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002101 Rosca salgada	99 Não se aplica	245,75	12,83	9,85	25,80	1,18
8002106 Rosquinha salgada	99 Não se aplica	432,00	10,10	14,40	68,70	2,50
8002201 Biscoito salgado	99 Não se aplica	432,00	10,10	14,40	68,70	2,50
8002205 Presuntinho biscoito	99 Não se aplica	508,99	8,88	25,40	60,74	2,55
8002212 Biscoito de polvilho	99 Não se aplica	436,72	4,46	29,08	38,37	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
8002225	Bolacha salgada	432,00	10,10	14,40	68,70	2,50
8002227	Chips (salgadinhos)	558,86	5,08	35,25	55,41	2,76
8002230	Baconzitos	508,99	8,88	25,40	60,74	2,55
8002236	Biscoito salgado integral	412,43	11,49	16,07	60,85	10,23
8002301	Biscoito doce	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002302	Cavaco chinês	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002305	Sequillo	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002306	Tareço	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002309	Solda	432,00	10,10	14,40	68,70	2,50
8002315	Brevidade	371,22	3,18	14,61	57,71	1,06
8002334	Bolacha doce	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002335	Maria maluca (bolacha doce)	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002405	Quebra-quebra	443,00	8,10	12,00	75,20	2,10
8002502	Rocamble	339,26	6,32	26,93	18,55	0,54
8002503	Cuca de qualquer tipo	355,23	5,15	13,08	55,83	2,02
8002601	Bolo de milho	311,00	4,80	12,40	45,10	0,70
8002604	Amidomil (bolinho)	311,00	4,80	12,40	45,10	0,70
8002605	Angusor de milho	311,00	4,80	12,40	45,10	0,70
8002609	Grustoli (bolinho doce)	421,37	5,55	19,81	55,70	1,21
8002701	Bolo de aipim	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8002702	Bolo de tapioca	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8002703	Bolo de macaxeira	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8002704	Bolo de goma	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8002801	Bolo de batata-doce	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8002901	Bolo de arroz	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8003101	Bolo de cará	324,00	4,40	12,70	47,90	0,70
8003501	Tortas doces de qualquer sabor	119,67	2,28	5,38	15,56	0,48
8003601	Tortas salgadas de qualquer sabor	249,55	3,87	9,86	38,40	1,49
8003701	Sonho	378,79	6,02	18,25	48,08	1,31
8003702	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos)	421,37	5,55	19,81	55,70	1,21
8003801	Bolo de chocolate	312,80	8,71	6,00	58,30	1,76

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
8003902	Brioche	366,84	9,04	14,22	49,58	1,80
8004001	Bolo de laranja	360,83	4,80	13,15	58,32	2,36
8004101	Bolo de coco	317,24	6,33	8,70	54,19	1,20
8004201	Bolo de cenoura	344,86	4,17	17,26	44,27	1,61
8004601	Bolo de trigo	286,60	6,91	4,24	55,27	0,65
8004701	Broa	392,00	9,80	18,30	47,10	1,70
8004801	Biscoito recheado	472,00	6,40	19,60	70,50	3,00
8004807	Waffer (biscoito)	430,32	6,25	12,49	74,79	2,25
8004809	Alfajores (biscoito)	505,21	6,47	22,55	70,85	2,43
8004810	Bolacha recheada	472,00	6,40	19,60	70,50	3,00
8004813	Rosca recheada	620,20	5,57	26,28	98,06	3,22
8004814	Rosquinha recheada de qualquer sabor	472,00	6,40	19,60	70,50	3,00
8005201	Biscoito não especificado	432,00	10,10	14,40	68,70	2,50
8006101	Crepe	203,18	13,96	12,46	8,27	0,66
8006501	Pão diet (de forma industrializado)	198,00	9,10	2,30	43,60	12,00
8006601	Pão light (de forma industrializado)	198,00	9,10	2,30	43,60	12,00
8006701	Pão de queijo light	363,00	5,10	24,60	34,20	0,60
8006801	Pão integral light	198,00	9,10	2,30	43,60	12,00
8007001	Tortas doces de qualquer sabor light	121,84	2,29	5,40	16,06	0,50
8007101	Tortas doces de qualquer sabor diet	99,17	2,25	5,30	10,66	0,37
8007302	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) light	426,53	6,44	22,95	48,69	1,40
8007402	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) diet	426,53	6,44	22,95	48,69	1,40
8007501	Bolo de chocolate light	299,49	4,59	9,36	52,45	2,00
8007601	Bolo de chocolate diet	299,49	4,59	9,36	52,45	2,00
8007701	Bolo de laranja light	328,38	4,76	9,48	58,31	2,36
8008001	Bolo de coco diet	299,49	4,59	9,36	52,45	2,00
8008201	Bolo de cenoura diet	272,74	4,09	9,10	44,26	1,61
8008301	Biscoito recheado light	432,96	5,88	13,24	77,80	4,24
8008305	Biscoito waffer light	398,63	4,51	6,92	80,66	1,31
8008307	Waffer (biscoito) light	398,63	4,51	6,92	80,66	1,31
8008309	Alfajores (biscoito) light	432,96	5,88	13,24	77,80	4,24

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
8008310 Bolacha recheada <i>light</i>	99 Não se aplica	432,96	5,88	13,24	77,80	4,24
8008401 Biscoito recheado <i>diet</i>	99 Não se aplica	405,28	8,17	20,83	66,82	3,67
8008408 Rosquinha recheada de qualquer sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	405,28	8,17	20,83	66,82	3,67
8008410 Bolacha recheada <i>diet</i>	99 Não se aplica	405,28	8,17	20,83	66,82	3,67
8010001 Pão doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	312,25	4,83	6,92	57,97	1,64
8010029 Pão de mel <i>diet</i>	99 Não se aplica	446,23	4,38	11,31	85,04	1,85
8010034 Panetone <i>diet</i>	99 Não se aplica	355,95	7,45	10,43	58,03	2,14
8010101 Biscoito salgado <i>light</i>	99 Não se aplica	452,56	9,67	13,79	72,45	3,45
8010125 Bolacha salgada <i>light</i>	99 Não se aplica	452,56	9,67	13,79	72,45	3,45
8010127 Chips (salgadinhos) <i>light</i>	99 Não se aplica	407,05	6,53	7,05	81,13	5,64
8010401 Biscoito doce <i>light</i>	99 Não se aplica	395,25	6,45	4,84	83,88	3,70
8010434 Bolacha doce <i>light</i>	99 Não se aplica	395,25	6,45	4,84	83,88	3,70
8010501 Biscoito doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	453,92	6,22	21,89	65,74	2,95
8010534 Bolacha doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	453,92	6,22	21,89	65,74	2,95
8010601 Bolo de banana	99 Não se aplica	300,05	3,93	9,07	52,14	1,66
Carnes industrializadas						
8100101 Carne-seca	2 Cozido(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8100101 Carne-seca	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	313,00	26,90	21,90	-	-
8100101 Carne-seca	4 Assado(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8100101 Carne-seca	5 Frito(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8100101 Carne-seca	7 Refogado(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8100101 Carne-seca	8 Molho vermelho	255,20	21,78	17,56	1,08	0,30
8100101 Carne-seca	13 Ensopado	347,00	25,29	26,56	-	-
8100102 Carne de charque	1 Cru(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8100102 Carne de charque	2 Cozido(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8100102 Carne de charque	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	313,00	26,90	21,90	-	-
8100102 Carne de charque	4 Assado(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8100102 Carne de charque	5 Frito(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8100102 Carne de charque	7 Refogado(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8100102 Carne de charque	8 Molho vermelho	255,20	21,78	17,56	1,08	0,30
8100102 Carne de charque	13 Ensopado	347,00	25,29	26,56	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lipídios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)
						Fibra alimentar total (g)
8100103	Jabá	313,00	26,90	21,90	-	-
8100103	Jabá	347,00	25,29	26,56	-	-
8100103	Jabá	347,00	25,29	26,56	-	-
8100103	Jabá	313,00	26,90	21,90	-	-
8100201	Carne de sol	313,00	26,90	21,90	-	-
8100201	Carne de sol	313,00	26,90	21,90	-	-
8100201	Carne de sol	313,00	26,90	21,90	-	-
8100201	Carne de sol	313,00	26,90	21,90	-	-
8100201	Carne de sol	347,00	25,29	26,56	-	-
8100201	Carne de sol	347,00	25,29	26,56	-	-
8100202	Carne do sertão	313,00	26,90	21,90	-	-
8100202	Carne do sertão	313,00	26,90	21,90	-	-
8100202	Carne do sertão	347,00	25,29	26,56	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	214,00	26,62	11,10	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	214,00	26,62	11,10	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	214,00	26,62	11,10	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	214,00	26,62	11,10	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	236,66	26,62	13,66	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	176,00	21,56	8,92	1,08	0,30
8100502	Hambúrguer de carne bovina	214,00	26,62	11,10	-	-
8100802	Copa de porco defumada	248,66	20,53	17,76	0,42	-
8101005	Bacon	541,00	37,04	41,78	1,43	-
8101101	Hambúrguer de frango	206,14	16,19	9,71	12,64	0,61
8101101	Hambúrguer de frango	206,14	16,19	9,71	12,64	0,61
8101101	Hambúrguer de frango	206,14	16,19	9,71	12,64	0,61
8101101	Hambúrguer de frango	266,67	16,19	16,55	12,64	0,61
8101101	Hambúrguer de frango	266,67	16,19	16,55	12,64	0,61
8101101	Hambúrguer de frango	206,14	16,19	9,71	12,64	0,61
8102101	Salsicha no varejo	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	321,05	9,72	29,51	3,61	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
							(continuação)	
8102101	Salsicha no varejo	4	Assado(a)	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	5	Frito(a)	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	7	Refogado(a)	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	8	Molho vermelho	289,43	8,56	26,10	4,74	0,04
8102101	Salsicha no varejo	9	Molho branco	321,60	11,30	29,04	3,24	0,30
8102101	Salsicha no varejo	10	Ao alho e óleo	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	11	Com manteiga/óleo	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	13	Ensopado	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102101	Salsicha no varejo	99	Não se aplica	321,05	9,72	29,51	3,61	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	1	Cru(a)	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	2	Cozido(a)	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	4	Assado(a)	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	5	Frito(a)	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	6	Empanado(a)/à milanesa	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	7	Refogado(a)	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	8	Molho vermelho	321,60	11,30	29,04	3,24	0,30
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	11	Com manteiga/óleo	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	13	Ensopado	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	99	Não se aplica	396,00	13,80	36,25	2,70	-
8102207	Linguiça de frango	1	Cru(a)	244,00	18,20	18,40	-	-
8102207	Linguiça de frango	2	Cozido(a)	244,00	18,20	18,40	-	-
8102207	Linguiça de frango	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	244,00	18,20	18,40	-	-
8102207	Linguiça de frango	4	Assado(a)	244,00	18,20	18,40	-	-
8102207	Linguiça de frango	5	Frito(a)	245,00	18,30	18,50	-	-
8102401	Chouriço	99	Não se aplica	379,00	14,60	34,50	1,29	-
8102402	Morcela	99	Não se aplica	379,00	14,60	34,50	1,29	-
8102403	Morcilha	1	Cru(a)	379,00	14,60	34,50	1,29	-
8102403	Morcilha	2	Cozido(a)	379,00	14,60	34,50	1,29	-
8102501	Paio	2	Cozido(a)	339,00	19,43	28,36	-	-
8102601	Mortadela	99	Não se aplica	307,00	11,10	27,70	3,20	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
							(continuação)	
8102701	Salame	99	Não se aplica	336,00	21,85	25,90	2,40	-
8102702	Salaminho	99	Não se aplica	336,00	21,85	25,90	2,40	-
8102801	Blanquet de peru	99	Não se aplica	126,00	17,50	4,84	2,04	0,20
8102901	Presunto	99	Não se aplica	226,00	20,53	15,20	0,42	-
8103001	Hambúrguer de peru	2	Cozido(a)	195,96	16,62	8,35	12,64	0,61
8103001	Hambúrguer de peru	4	Assado(a)	195,96	16,62	8,35	12,64	0,61
8103001	Hambúrguer de peru	6	Empanado(a)/à milanesa	256,49	16,62	15,20	12,64	0,61
8103101	Hambúrguer não especificado	2	Cozido(a)	214,00	26,62	11,10	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	214,00	26,62	11,10	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	4	Assado(a)	214,00	26,62	11,10	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	5	Frito(a)	236,66	26,62	13,66	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	99	Não se aplica	214,00	26,62	11,10	-	-
8103601	Apresuntado	99	Não se aplica	178,00	22,62	9,02	-	-
8103901	Pururuca de porco	99	Não se aplica	544,00	61,30	31,30	-	-
8103902	Pele de porco preparada (pururuca)	99	Não se aplica	544,00	61,30	31,30	-	-
8104001	Patê fígado, calabresa, frango, presunto, etc.)	99	Não se aplica	326,00	14,10	28,50	2,20	-
8104101	Carne de aves defumada	99	Não se aplica	195,66	30,91	7,07	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	2	Cozido(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	313,00	26,90	21,90	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	4	Assado(a)	313,00	26,90	21,90	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	5	Frito(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	7	Refogado(a)	347,00	25,29	26,56	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	8	Molho vermelho	255,20	21,78	17,56	1,08	0,30
8104601	Carne salgada não especificada	99	Não se aplica	313,00	26,90	21,90	-	-
8104904	Mini chicken empanado	2	Cozido(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
8104904	Mini chicken empanado	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
8104904	Mini chicken empanado	4	Assado(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
8104904	Mini chicken empanado	5	Frito(a)	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
8104904	Mini chicken empanado	6	Empanado(a)/à milanesa	273,02	16,24	15,63	15,91	0,64
8105001	Mortadela light	99	Não se aplica	211,00	13,06	16,06	3,45	-
8105201	Salsicha no varejo light	5	Frito(a)	154,00	11,00	10,00	4,40	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
8105401 Salame <i>light</i>	99 Não se aplica	145,18	14,70	8,94	0,50	-
8105501 <i>Blanquet</i> de peru <i>light</i>	99 Não se aplica	124,12	14,99	3,57	7,11	-
8105701 Hambúrguer não especificado <i>light</i>	99 Não se aplica	190,00	27,03	8,26	-	-
Bebidas não alcoólicas e infusões						
8200101 Refrigerante de cola tradicional	99 Não se aplica	36,87	0,07	0,02	9,53	-
8200102 Coca-cola tradicional	99 Não se aplica	36,87	0,07	0,02	9,53	-
8200202 Fanta laranja tradicional	99 Não se aplica	48,00	-	-	12,30	-
8200208 Sukita tradicional	99 Não se aplica	48,00	-	-	12,30	-
8200301 Refrigerante de guaraná tradicional	99 Não se aplica	39,00	-	-	10,00	-
8200302 Guaraná tradicional	99 Não se aplica	39,00	-	-	10,00	-
8200407 <i>Sprit</i> refrigerante tradicional	99 Não se aplica	40,00	0,05	0,02	10,14	-
8200505 Fanta uva tradicional	99 Não se aplica	48,00	-	-	12,30	-
8200701 Refrigerante de cola <i>light</i>	99 Não se aplica	2,00	0,11	0,03	0,29	-
8200702 Coca-cola <i>light</i>	99 Não se aplica	2,00	0,11	0,03	0,29	-
8200801 Refrigerante de cola <i>diet</i>	99 Não se aplica	2,00	0,11	0,03	0,29	-
8200902 Minuano tradicional	99 Não se aplica	40,00	0,05	0,02	10,14	-
8201104 Mate tradicional	99 Não se aplica	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8201202 Bidu tradicional	99 Não se aplica	39,00	-	-	10,00	-
8201502 Fanta laranja <i>light</i>	99 Não se aplica	-	0,10	-	-	-
8201601 Refrigerante de guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-
8201602 Guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-
8201802 Tubaina tradicional	99 Não se aplica	39,00	-	-	10,00	-
8201902 Tubaina <i>light</i>	99 Não se aplica	2,00	0,11	0,03	0,29	-
8202001 Caldo de cana	99 Não se aplica	73,58	-	0,05	19,97	-
8202002 Garapá	99 Não se aplica	73,58	-	0,05	19,97	-
8202101 Água de coco	99 Não se aplica	19,28	0,73	0,20	3,76	1,12
8202402 O-suco	99 Não se aplica	15,28	-	0,00	3,91	-
8202403 O-refresko	99 Não se aplica	15,28	-	0,00	3,91	-
8202602 Nescafé	99 Não se aplica	241,00	12,20	0,50	75,40	-
8202803 Erva-mate	99 Não se aplica	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8202804 Chimarrão	99 Não se aplica	2,80	0,25	-	2,31	1,86

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
8202805	Tererê	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8203401	Levedo de cerveja	170,00	16,20	1,30	28,10	11,50
8203501	Refrigerante não especificado	36,87	0,07	0,02	9,53	-
8203603	Cevada em pó	352,00	9,91	1,16	77,72	15,60
8204503	Chocomilk	83,32	3,18	3,40	10,38	0,80
8204902	Água tônica tradicional	40,02	0,05	0,02	10,14	-
8205201	Chá diet (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	2,52	0,01	-	0,67	-
8205402	Paraguai refrigerante tradicional	39,00	-	-	10,00	-
8205803	Gatorade	27,01	-	0,10	6,76	-
8205901	Bebida energética	45,35	0,25	0,08	11,03	-
8206301	Chá (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	1,00	-	-	0,30	-
8206402	Café solúvel <i>capuccino</i>	27,71	0,26	0,84	5,17	0,13
8207401	Refrigerante de guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-
8207402	Guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-
8207601	Refrigerante de limão <i>diet</i>	-	-	-	-	-
8207705	Fanta uva <i>light</i>	-	0,10	-	-	-
8208104	Mate <i>light</i>	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8209002	Água tônica <i>light</i>	40,02	0,05	0,02	10,14	-
8209102	Paraguai refrigerante <i>light</i>	2,00	0,11	0,03	0,29	-
8211002	Q-suco <i>light</i>	15,28	-	0,00	3,91	-
8211003	Q-refresko <i>light</i>	15,28	-	0,00	3,91	-
8211102	Q-suco <i>diet</i>	15,28	-	0,00	3,91	-
8212401	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>light</i>	12,77	0,14	1,01	0,91	0,05
8212501	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>diet</i>	12,77	0,14	1,01	0,91	0,05
8212902	Água tônica <i>diet</i>	40,02	0,05	0,02	10,14	-
8212906	Refrigerante de quinino dietético	40,02	0,05	0,02	10,14	-
8213003	Chá mate orgânico	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8213004	Chimarrão orgânico	2,80	0,25	-	2,31	1,86
8213601	Suco de clorofila	1,87	0,24	0,02	0,31	0,20
8273902	Café com farinha	181,00	0,86	0,16	44,19	3,44

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
Bebidas alcoólicas						
8300101 Cerveja (com ou sem álcool)	99 Não se aplica	43,19	0,46	-	3,57	-
8300201 Chopp	99 Não se aplica	43,19	0,46	-	3,57	-
8300301 Aguardente	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
8300302 Cachaça	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
8300501 Batida de qualquer sabor	99 Não se aplica	187,38	0,54	3,69	22,14	0,32
8300701 Rum	99 Não se aplica	230,18	-	-	-	-
8300801 <i>Vodka</i>	99 Não se aplica	217,15	-	-	-	-
8301001 Uisque	99 Não se aplica	230,18	-	-	-	-
8301002 <i>Whisky</i>	99 Não se aplica	230,18	-	-	-	-
8301201 Champanhê	99 Não se aplica	82,00	0,07	-	2,60	-
8301202 Sidra champanhê	99 Não se aplica	82,00	0,07	-	2,60	-
8301501 Martini	99 Não se aplica	194,44	0,01	-	0,53	-
8301601 Conhaque	99 Não se aplica	231,00	-	-	-	-
8301701 <i>Drink dreher</i>	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
8301901 Licor de qualquer sabor	99 Não se aplica	282,65	-	-	33,64	-
8302409 Cajuína	99 Não se aplica	45,00	0,80	-	11,50	1,50
8302415 Vinho	99 Não se aplica	84,50	0,07	-	2,60	-
8302416 Catuaba	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
8302901 Coquetel de frutas	99 Não se aplica	187,38	0,54	3,69	22,14	0,32
8303101 Caipirinha	99 Não se aplica	143,90	0,10	0,10	37,90	0,10
8303501 Bebida alcoólica	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
8303615 Vinho orgânico	99 Não se aplica	84,50	0,07	-	2,60	-
8304301 Cerveja (com ou sem álcool) <i>light</i>	99 Não se aplica	29,00	0,24	-	1,64	-
8304502 Caxiri (aguardente de mandioca)	99 Não se aplica	216,00	-	-	-	-
Óleos e gorduras						
8400101 Azeite de oliva	99 Não se aplica	887,81	-	100,43	-	-
8400301 Óleo de soja	99 Não se aplica	879,73	-	99,52	-	-
8401801 Banha suína	99 Não se aplica	902,00	-	100,00	-	-
8403001 Banha bovina	99 Não se aplica	680,00	10,65	70,33	-	-
8403201 Óleo não especificado	99 Não se aplica	879,73	-	99,52	-	-
8403501 Óleo de dendê	99 Não se aplica	857,84	-	99,52	-	-

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação					(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
Miscelâneas											
8500201	Salgadinho	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500202	Pastel (queijo, carne, palmito, etc.)	319,81	10,38	15,68	33,51	1,45					
8500203	Croquete	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500205	Coxinha	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500206	Empada (queijo, carne, camarão, etc.)	153,96	7,89	7,91	12,47	1,03					
8500207	Rissole (queijo, carne, camarão, etc.)	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500209	Acarajé	289,00	8,30	19,90	19,10	9,40					
8500210	Torresmo	544,00	61,30	31,30	-	-					
8500211	Quibe	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500212	Abará (Bahia)	289,00	8,30	19,90	19,10	9,40					
8500213	Paçoca de carne de sol	354,00	13,44	13,43	43,95	3,20					
8500215	Angu frito	74,60	1,45	1,78	13,00	0,26					
8500217	Angu de milho	60,58	1,44	0,20	13,00	0,26					
8500218	Polenta	74,60	1,45	1,78	13,00	0,26					
8500222	Esfirra	359,42	9,76	18,88	37,51	1,46					
8500223	Esfirra de carne	346,45	11,90	21,38	26,20	1,08					
8500224	Esfirra de queijo	359,42	9,76	18,88	37,51	1,46					
8500225	Esfirra de ricota	320,39	7,54	15,25	38,09	1,46					
8500226	Esfirra de frango	222,39	9,47	12,71	17,32	0,78					
8500227	Enroladinho	274,60	13,41	16,88	16,54	0,88					
8500228	Bolinho de alpim	212,64	6,28	13,11	18,51	2,72					
8500232	Bolinho de bacalhau	214,01	16,70	12,75	7,69	0,83					
8500302	Cachorro-quente	272,47	8,73	15,22	24,80	1,09					
8500303	Hambúrguer (sanduíche)	267,16	13,08	9,22	32,36	1,68					
8500304	<i>Cheeseburger</i>	279,85	14,15	11,81	28,74	1,49					
8500305	<i>Eggsburger</i>	269,44	13,28	16,10	17,42	0,64					
8500307	Bauru	229,47	13,67	13,00	13,97	0,78					
8500308	Americano	236,68	10,05	14,22	16,85	1,00					
8500313	Misto-quente ou frio	265,42	16,29	13,78	18,30	0,85					
8500315	Sanduíche de queijo prato	329,29	12,22	17,24	31,09	1,45					

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação					(continuação)				
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)					
8500316	Sanduíche de salame	282,99	8,97	13,74	30,27	1,40					
8500317	Sanduíche de presunto	230,33	10,97	12,15	18,73	1,11					
8500318	Sanduíche de queijo prato com presunto	265,42	16,29	13,78	18,30	0,85					
8500319	Sanduíche de mortadela	315,97	8,60	16,56	32,81	1,45					
8500320	Sanduíche de queijo minas	329,29	12,22	17,24	31,09	1,45					
8500321	<i>Cheese egg</i>	279,85	14,15	11,81	28,74	1,49					
8500322	<i>Cheese tudo</i>	279,85	14,15	11,81	28,74	1,49					
8500323	Sanduíche natural	245,58	11,21	10,84	25,58	1,47					
8500401	Suco	41,83	0,59	0,14	9,81	0,31					
8500402	Suco de abacaxi	53,21	0,36	0,12	12,92	0,20					
8500403	Suco de acerola	23,06	0,40	0,30	4,81	0,30					
8500404	Suco de beterraba	30,77	0,81	0,12	7,11	0,76					
8500405	Suco de cupuaçu	24,50	0,60	0,50	5,20	1,55					
8500406	Suco de goiaba	62,28	0,37	0,14	15,62	0,79					
8500407	Suco de laranja	41,83	0,59	0,14	9,81	0,31					
8500408	Suco de laranja com banana	56,80	0,76	0,20	13,84	0,93					
8500409	Suco de laranja e beterraba	30,77	0,81	0,12	7,11	0,76					
8500410	Suco de laranja e cenoura	30,77	0,81	0,12	7,11	0,76					
8500411	Suco de laranja cenoura e beterraba	30,77	0,81	0,12	7,11	0,76					
8500412	Suco de mamão	57,13	0,17	0,15	14,54	0,60					
8500413	Suco de manga	50,86	0,11	0,06	13,08	0,30					
8500414	Suco de maracujá	60,14	0,67	0,18	14,48	0,20					
8500415	Suco de melão	31,79	0,65	0,16	8,00	0,42					
8500416	Suco de morango	59,21	0,57	0,10	14,51	0,23					
8500417	Suco de pêssego	53,99	0,27	0,02	13,92	0,60					
8500418	Suco de pêssego em calda	53,99	0,27	0,02	13,92	0,60					
8500501	Vitamina	92,78	2,47	2,31	16,39	0,62					
8500503	Vitamina de banana	92,78	2,47	2,31	16,39	0,62					
8500504	Vitamina de banana com aveia	108,46	3,06	2,54	19,20	1,15					
8500505	Vitamina de mamão	80,59	2,42	2,34	12,95	0,38					
8500506	Vitamina de abacate	100,19	2,74	4,64	12,80	1,34					

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)
						(continuação)
8500507	Vitamina de morango	74,61	1,96	1,83	13,27	0,80
8500508	Vitamina mista	83,16	1,81	1,65	16,20	0,77
8500509	Vitamina de maçã	82,99	2,28	2,26	13,98	0,31
8500601	Refresco	46,81	-	-	11,92	0,20
8500602	Refresco de caju	46,81	-	-	11,92	0,20
8500603	Refresco de groselha	46,81	-	-	11,92	0,20
8500604	Refresco de laranja	46,81	-	-	11,92	0,20
8500605	Refresco de maracujá	46,81	-	-	11,92	0,20
8500606	Refresco de limão	46,81	-	-	11,92	0,20
8500801	Salada ou verdura cozida, exceto de fruta	26,00	2,11	0,36	4,91	2,80
8500802	Salada de maionese	209,79	2,71	16,83	12,65	1,38
8500903	Pizza	281,20	14,60	11,35	29,82	1,74
8500904	Lasanha pronta <i>light</i>	158,63	10,78	7,31	12,34	1,11
8500905	<i>Nhoque</i>	190,54	9,31	13,18	8,49	0,26
8500906	<i>Caneloni</i>	120,86	5,94	6,80	9,22	1,01
8500907	<i>Capelati</i>	95,24	5,53	2,59	12,60	1,20
8500909	<i>Ravioli</i>	95,24	5,53	2,59	12,60	1,20
8500910	<i>Calzone</i>	245,75	12,83	9,85	25,80	1,18
8500913	Panqueca	203,18	13,96	12,46	8,27	0,66
8500914	Pizza calabreza	284,72	13,74	12,21	29,51	1,75
8500915	Pizza muçarela	281,20	14,60	11,35	29,82	1,74
8500916	Pizza presunto	284,72	13,74	12,21	29,51	1,75
8500917	Pizza portuguesa	247,49	11,75	12,23	22,40	1,56
8500919	Macarronada	120,59	6,22	2,79	17,42	1,25
8501004	Galeto	261,66	27,30	16,16	-	-
8501104	Costela	365,00	22,60	29,79	-	-
8501202	Pipoca doce ou salgada	468,15	6,59	23,28	62,51	6,02
8501302	Café	1,00	0,12	0,02	0,47	0,47
8501303	Café com leite	31,44	1,72	1,69	2,57	0,24
8501304	Café tipo expresso	2,45	0,12	0,01	0,77	0,21
8501305	Café tipo <i>capuccino</i>	27,71	0,26	0,84	5,17	0,13

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	(continuação)	
						Fibra alimentar total (g)	Fibra alimentar total (g)
8501402	Milho cozido	160,14	3,32	7,18	25,11	4,25	
8501502	Batata palito	263,50	2,87	13,64	33,60	3,44	
8501503	Batata palha	545,70	5,24	35,24	54,52	4,53	
8501902	Mungunzá	146,00	4,00	3,90	24,40	2,40	
8501903	Canjica	146,00	4,00	3,90	24,40	2,40	
8501904	Curau	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	
8502201	Farofa	406,00	2,10	9,10	80,30	7,80	
8502301	Mingau (fubá, aveia, farinha, etc.)	78,24	2,42	3,06	10,46	0,17	
8502401	Tacacá	16,00	2,00	0,60	0,40	-	
8502501	Bolinho de coco	297,32	6,71	5,80	54,89	0,85	
8502701	Risoto	113,02	6,66	1,99	17,16	1,10	
8502801	Vatapá	226,07	13,77	15,61	9,28	1,32	
8502901	Farofa pronta	406,00	2,10	9,10	80,30	7,80	
8503202	Caldo de carne	7,02	1,36	-	0,45	-	
8503203	Caldo-de-feijão	75,50	4,78	1,77	10,33	2,20	
8503204	Caldo de mocotó	7,02	1,36	-	0,45	-	
8503501	Baião de dois	136,00	6,20	3,20	20,40	5,10	
8503801	Churrasco	204,00	30,67	9,00	-	-	
8504201	Sushi	146,78	5,56	0,45	29,19	0,91	
8504401	Salada de frutas	51,24	0,62	0,14	13,31	1,68	
8504501	Sopa (legumes, carne, etc.)	28,78	1,63	0,78	3,81	0,64	
8504801	Salpicão	202,85	14,26	14,41	3,93	0,55	
8505201	Charuto de repolho	84,91	9,63	1,30	8,75	1,20	
8505401	Arroz à grega	92,01	2,17	1,69	17,47	1,00	
8505501	Arrumadinho	198,86	9,33	8,47	21,73	3,47	
8505601	Bobó de camarão	72,10	2,63	4,42	5,48	0,15	
8505701	Canuru (quiabo, amendoim, castanha de caju, camarão seco, etc.)	215,97	6,07	20,07	4,07	1,41	
8505801	Cuscuz paulista	142,00	2,60	4,60	22,50	2,40	
8505901	Empadão (queijo, frango, camarão, palmito, etc.)	153,96	7,89	7,91	12,47	1,03	
8506001	Farofa de banana	309,55	1,66	11,17	52,89	5,35	
8506101	Feijão-tropeiro	198,86	9,33	8,47	21,73	3,47	

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)						
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
8506201	Galinha com arroz	99	Não se aplica	143,50	4,47	3,07	23,93	0,65
8506301	Galinhada	99	Não se aplica	143,50	4,47	3,07	23,93	0,65
8506401	Moqueca baiana	99	Não se aplica	130,13	13,62	7,54	1,66	0,17
8506501	Omelete	99	Não se aplica	241,62	11,04	21,26	0,98	-
8506601	Pirão	99	Não se aplica	119,65	8,05	5,76	8,90	0,75
8506701	Quibebe	99	Não se aplica	36,39	0,72	1,92	4,90	1,10
8506801	Quiche	99	Não se aplica	282,73	10,34	20,44	13,85	0,56
8506901	Suflê	99	Não se aplica	126,10	5,11	9,17	6,40	1,10
8507001	Tutu	99	Não se aplica	123,76	5,41	1,64	22,34	4,04
8507101	Moqueca capixaba	99	Não se aplica	100,52	14,34	3,66	1,75	0,18
8507201	Maniçoba	99	Não se aplica	181,95	15,09	12,16	2,92	1,31
8507301	Caldo verde	99	Não se aplica	94,92	3,63	2,90	14,19	2,14
8507401	Arroz de cuxá	99	Não se aplica	102,74	2,38	0,95	20,92	1,92
8507501	Angu à baiana	99	Não se aplica	125,34	9,01	5,75	8,87	0,31
8507601	Chocolate	99	Não se aplica	535,00	7,65	29,66	59,40	3,40
8507701	Gemada	99	Não se aplica	134,79	3,80	7,47	13,52	-
8507801	Açai com granola	99	Não se aplica	110,00	0,70	3,70	21,50	1,70
8507901	Suco orgânico	99	Não se aplica	41,83	0,59	0,14	9,81	0,31
8507902	Suco de abacaxi orgânico	99	Não se aplica	53,21	0,36	0,12	12,92	0,20
8507903	Suco de acerola orgânico	99	Não se aplica	23,06	0,40	0,30	4,81	0,30
8507906	Suco de goiaba orgânico	99	Não se aplica	62,28	0,37	0,14	15,62	0,79
8507907	Suco de laranja orgânico	99	Não se aplica	41,83	0,59	0,14	9,81	0,31
8507911	Suco de laranja cenoura e beterraba orgânico	99	Não se aplica	30,77	0,81	0,12	7,11	0,76
8507913	Suco de manga orgânico	99	Não se aplica	50,86	0,11	0,06	13,08	0,30
8507914	Suco de maracujá orgânico	99	Não se aplica	60,14	0,67	0,18	14,48	0,20
8507916	Suco de morango orgânico	99	Não se aplica	59,21	0,57	0,10	14,51	0,23
8507917	Suco de pêssego orgânico	99	Não se aplica	53,99	0,27	0,02	13,92	0,60
8507918	Suco de pêssego em calda orgânico	99	Não se aplica	53,99	0,27	0,02	13,92	0,60
8508003	Pizza pronta <i>light</i>	99	Não se aplica	255,57	14,60	8,45	29,82	1,74
8508004	Lasanha pronta <i>light</i>	99	Não se aplica	144,33	10,93	5,67	12,34	1,11

Tabela 1 - Energia, macronutrientes e fibra na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)						
		Energia (kcal)	Proteína (g)	Lípidios totais (g)	Carboidrato (g)	Fibra alimentar total (g)		
8508012	Macarrão pronto <i>light</i>	2	Cozido(a)	189,86	5,65	7,18	25,54	1,16
8508017	Pizza portuguesa <i>light</i>	99	Não se aplica	229,62	11,75	10,21	22,40	1,56
8508101	Farofa pronta <i>light</i> em pacote	99	Não se aplica	406,00	2,10	9,10	80,30	7,80
8508301	Vaca atolada	99	Não se aplica	245,00	11,60	15,05	15,05	0,80
8508401	Salada ou verdura crua, exceto de fruta	99	Não se aplica	18,00	0,88	0,20	3,92	1,20
8508403	Outros legumes cozidos	99	Não se aplica	60,50	1,24	0,14	14,12	2,53
8509801	Café da manhã	99	Não se aplica	31,44	1,72	1,69	2,57	0,24
8570101	Prato de comida brasileira	99	Não se aplica	148,37	6,74	3,86	21,34	2,31
8570102	Prato de comida do nordeste	99	Não se aplica	129,21	6,49	2,66	19,48	2,33
8570103	Prato de comida do norte	99	Não se aplica	157,10	6,53	3,36	24,99	2,94
8570104	Prato de comida do sudeste	99	Não se aplica	131,09	8,62	5,30	12,00	1,86
8570105	Prato de comida do sul	99	Não se aplica	148,37	6,74	3,86	21,34	2,31
8570106	Prato de comida do centro-oeste	99	Não se aplica	105,93	5,68	2,91	14,27	2,22
8570107	Arroz com feijão	99	Não se aplica	116,51	4,17	1,50	21,42	2,66
8570328	Pão com manteiga	99	Não se aplica	369,50	6,81	16,10	48,84	1,92
8570329	Pão com margarina	99	Não se aplica	369,83	6,82	16,00	48,98	1,92
8570330	Pão com ovo	99	Não se aplica	261,30	10,84	10,38	29,91	1,15
8571110	Carne com batata, inhame, batata-baroa ou aipim	99	Não se aplica	188,20	12,97	10,50	10,01	1,03
8571111	Carne com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	99	Não se aplica	150,52	12,47	9,95	2,45	0,55
8571112	Frango com batata, inhame batata-baroa ou aipim	99	Não se aplica	153,70	16,31	5,04	10,01	1,03
8571113	Frango com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	99	Não se aplica	116,02	15,82	4,50	2,45	0,55
8578404	Abobora com quiabo	99	Não se aplica	21,00	1,30	0,14	4,71	1,80
8579002	Arroz carreteiro	99	Não se aplica	154,00	10,80	7,10	11,60	1,50
8579003	Maria izabel	99	Não se aplica	154,00	10,80	7,10	11,60	1,50
8579004	Arroz de leite	99	Não se aplica	142,42	2,98	4,17	22,62	0,30
8579005	Arroz com mandioca	99	Não se aplica	130,31	1,55	0,75	28,94	1,57
8579006	Arroz com ovo	99	Não se aplica	179,11	8,09	9,43	14,50	0,77
8800109	Palma	99	Não se aplica	41,95	1,35	3,10	3,28	2,00

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Notas: 1. Células com valores igual a "0,00" representam valores abaixo dos limites de quantificação.

2. Células com "-" (traço) representam valores nutricionais ausentes ou não disponíveis.

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
Cereais e leguminosas											
6300101	Arroz (polido, parboilizado, agulha, agulhinha, etc.)	-	0,35	0,22	0,56	0,56	0,07	0,01	-	-	-
6300201	Arroz integral	-	0,45	0,62	0,86	0,80	0,08	0,01	-	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300701	Milho (em grão)	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,33	0,49	1,22	1,09	0,13	0,01	0,29	-	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,03	0,06	0,13	0,12	0,00	-	0,29	-	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,33	0,49	1,22	1,09	0,13	0,01	0,29	-	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,03	0,06	0,13	0,12	0,00	-	0,29	-	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	0,03	0,06	0,13	0,12	0,00	-	0,29	-	-
6300707	Xerém de milho	-	0,03	0,06	0,13	0,12	0,00	-	0,29	-	-
6301001	Amendoim (em grão) <i>in natura</i>	-	6,83	24,43	15,56	15,56	0,00	-	4,00	-	-
6301101	Ervilha em grão	-	0,48	0,67	1,74	1,53	0,21	0,02	5,94	-	-
6301201	Fava (em grão)	-	0,56	0,63	1,85	1,48	0,36	0,01	1,24	-	-
6301204	Mangaló amargo em grão	-	0,56	0,63	1,85	1,48	0,36	0,01	1,24	-	-
6301603	Feijão-de-corda	-	0,53	0,66	1,75	1,50	0,26	0,02	0,34	-	-
6301634	Feijão-verde	-	0,53	0,66	1,75	1,50	0,26	0,02	0,34	-	-
6302001	Semente de linhaça	-	3,66	7,53	28,73	5,90	22,81	-	1,55	-	-
6302602	Andu	-	0,30	0,38	1,01	0,86	0,15	0,01	0,30	-	-
6302801	Grão de bico	-	0,70	1,21	2,76	2,52	0,23	0,02	1,70	-	-
6302901	Lentilha	-	0,41	0,59	1,50	1,31	0,19	0,01	0,39	-	-
6303001	Soja em grão	-	1,71	2,58	6,59	5,81	0,78	0,01	0,80	-	-
6303102	Feijão (preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)	-	0,30	0,38	1,01	0,86	0,15	0,01	0,30	-	-
6303501	Quirera não especificada	-	0,03	0,06	0,13	0,12	0,00	-	0,29	-	-
6304034	Feijão-verde orgânico	-	0,53	0,66	1,75	1,50	0,26	0,02	0,34	-	-
6304101	Feijão orgânico	-	0,30	0,38	1,01	0,86	0,15	0,01	0,30	-	-
6304201	Pipoca <i>light</i>	-	3,75	9,36	3,72	3,64	0,09	4,20	0,72	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
6304301	Arroz orgânico	-	0,35	0,22	0,56	0,56	0,07	0,01	-	-	-	-
6304401	Arroz integral orgânico	-	0,45	0,62	0,86	0,80	0,08	0,01	-	-	-	-
6304602	Feijão-de-soja orgânico	-	1,71	2,58	6,59	5,81	0,78	0,01	0,80	0,80	-	-
6304901	Quinoa	-	0,60	1,06	2,44	2,17	0,25	0,01	1,89	1,89	-	-
Hortaliças tuberosas												
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	2,15	3,07	7,85	6,92	0,93	0,07	1,44	1,44	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	1,54	1,54	-	-
6400101	Batata-inglesa	6,83	1,55	0,64	0,15	0,12	0,03	0,10	1,72	1,72	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	2,15	3,07	7,85	6,92	0,93	0,07	1,44	1,44	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	0,86	-	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	3,28	2,52	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	0,86	-	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	5,74	-	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	5,74	-	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400304	Cenoura amarela (batata-baroa)	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	6,47	6,47	-	-
6400401	Batata-doce	-	1,85	2,83	7,22	6,39	0,83	-	18,43	18,43	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	5,74	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	5,74	-	-
6400401	Batata-doce	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	5,74	-	-
6400501	Inhame	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	6,47	-	-
6400501	Inhame	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	6,47	-	-
6400501	Inhame	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	6,47	6,47	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolénico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
6400501	Inhame	5	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-
6400501	Inhame	7	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-
6400501	Inhame	13	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-
6400501	Inhame	15	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6400508	Quicará	99	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	-	-
6400601	Mandioca	1	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400601	Mandioca	2	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400601	Mandioca	4	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400601	Mandioca	5	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400601	Mandioca	7	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400601	Mandioca	8	0,09	0,09	0,09	0,05	0,01	-	0,85	-	-
6400601	Mandioca	11	2,66	1,15	0,25	0,18	0,03	0,16	0,01	-	-
6400601	Mandioca	13	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400601	Mandioca	15	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6400601	Mandioca	99	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400609	Aipim	2	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400609	Aipim	4	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400609	Aipim	5	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400609	Aipim	6	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400609	Aipim	7	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400609	Aipim	8	0,09	0,09	0,09	0,05	0,01	-	0,85	-	-
6400609	Aipim	11	2,66	1,15	0,25	0,18	0,03	0,16	0,01	-	-
6400609	Aipim	13	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400609	Aipim	15	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6400609	Aipim	99	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400610	Macaxeira	1	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400610	Macaxeira	2	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400610	Macaxeira	4	0,10	0,10	0,10	0,05	0,01	-	-	-	-
6400610	Macaxeira	5	0,87	1,23	2,97	2,58	0,35	0,03	-	-	-
6400701	Cará	2	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	-	-
6400701	Cará	5	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-
6400701	Cará	7	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-
6400701	Cará	13	0,28	0,42	1,08	0,95	0,13	-	6,47	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
6400701	Cará	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	-	-
6400701	Cará	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6400713	Inhame caraquento (cará)	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	6,47	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	2,15	3,07	7,85	6,92	0,93	0,07	1,44	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	1,54	-	-
6400802	Batata (não especificada)	6,83	1,55	0,64	0,15	0,12	0,03	0,10	1,72	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,48	0,67	1,72	1,52	0,21	0,02	0,86	-	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6400802	Batata (não especificada)	-	0,03	0,00	0,04	0,03	0,01	-	0,86	-	-
6400908	Mandioquinha	-	0,03	-	0,06	0,06	-	-	5,74	-	-
6400908	Mandioquinha	-	0,75	1,17	2,95	2,61	0,34	-	5,45	-	-
6400908	Mandioquinha	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	-	-
6400908	Mandioquinha	-	0,29	0,41	1,09	0,97	0,12	-	5,74	-	-
6401001	Rabanete	-	0,03	0,02	0,05	0,02	0,03	-	0,92	-	-
6401001	Rabanete	-	0,03	0,02	0,05	0,02	0,03	-	2,89	-	-
6401001	Rabanete	-	0,03	0,02	0,05	0,02	0,03	-	2,89	-	-
6401101	Beterraba	-	0,03	0,03	0,06	0,06	0,01	-	6,50	-	-
6401101	Beterraba	-	0,03	0,04	0,06	0,06	0,01	-	8,80	-	-
6401101	Beterraba	-	0,41	0,66	1,61	1,42	0,19	-	8,80	-	-
6401101	Beterraba	-	0,03	0,04	0,06	0,06	0,01	-	8,80	-	-
6401101	Beterraba	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6401101	Beterraba	-	0,03	0,03	0,06	0,06	0,01	-	6,50	-	-
6401201	Cenoura	-	0,04	0,01	0,12	0,12	-	-	4,73	-	-
6401201	Cenoura	-	0,03	0,01	0,09	0,09	-	-	3,46	-	-
6401201	Cenoura	-	0,46	0,70	1,82	1,61	0,20	-	3,36	-	-
6401201	Cenoura	-	0,46	0,70	1,82	1,61	0,20	-	3,36	-	-
6401201	Cenoura	-	0,03	0,01	0,09	0,08	-	-	3,62	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar		(continuação)
									total (g)	de adição (g)	
6401201	Cenoura	-	0,46	0,70	1,82	1,61	0,20	-	3,36	-	-
6401201	Cenoura	6,52	1,59	0,64	0,18	0,17	0,01	0,10	3,46	-	-
6401201	Cenoura	-	0,03	0,01	0,09	0,09	-	-	3,46	-	-
6401201	Cenoura	-	0,46	0,70	1,82	1,61	0,20	-	3,36	-	-
6401201	Cenoura	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52	-
6401201	Cenoura	-	0,04	0,01	0,12	0,12	-	-	4,73	-	-
6401301	Nabo	-	0,01	0,01	0,04	0,01	0,03	-	1,89	-	-
6401301	Nabo	-	0,46	0,67	1,72	1,49	0,23	0,02	1,89	-	-
6401601	Açafrão	-	1,59	0,43	2,07	0,75	1,24	-	-	-	-
6401801	Batata-inglesa orgânica	-	2,15	3,07	7,85	6,92	0,93	0,07	1,44	-	-
Farinhas, féculas e massas											
6500101	Creme de arroz	9,63	1,84	0,83	0,23	0,15	0,08	0,11	17,40	12,33	-
6500104	Arrozina	9,63	1,84	0,83	0,23	0,15	0,08	0,11	17,40	12,33	-
6500105	Mucilon	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08	-
6500108	Mingau de arroz	9,63	1,84	0,83	0,23	0,15	0,08	0,11	17,40	12,33	-
6500202	Croquinhos de arroz	-	0,70	1,10	2,56	2,50	0,06	-	0,86	-	-
6500301	Farinha de aveia	-	1,11	1,98	2,30	2,20	0,10	-	1,57	-	-
6500401	Aveia em flocos	-	1,11	1,98	2,30	2,20	0,10	-	1,57	-	-
6500601	Fubá de milho	-	0,03	0,05	0,08	0,08	-	-	0,52	-	-
6500603	Farinha de milho	-	0,40	0,40	0,60	0,63	0,02	-	-	-	-
6500608	Puba de milho	82,00	4,50	3,90	1,50	1,34	0,08	1,99	8,27	5,68	-
6500609	Puba de fubá	82,00	4,50	3,90	1,50	1,34	0,08	1,99	8,27	5,68	-
6500613	Milho moído	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-	-
6500614	Mingau de milho	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08	-
6500702	Amido de milho	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08	-
6500705	Amido de arroz	9,63	1,84	0,83	0,23	0,15	0,08	0,11	17,40	12,33	-
6500801	Cremogema	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08	-
6500802	Vitamilho	-	0,04	0,03	0,09	0,08	-	-	0,72	-	-
6500804	Creme de milho	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08	-
6500902	Sucrilhos de milho	-	-	-	-	-	-	-	38,02	38,67	-
6500903	Cereal matinal de milho em flocos	-	-	-	-	-	-	-	38,02	38,67	-
6501301	Germe de trigo	-	1,67	1,37	6,01	5,29	0,72	-	8,70	-	-
6501303	Fibra de trigo	-	0,63	0,64	2,21	2,04	0,17	-	1,60	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
6501304	Fibra de cereal trigo	99 Não se aplica	-	0,63	0,64	2,21	2,04	0,17	-	1,60	-
6501401	Farinha de mandioca	99 Não se aplica	-	0,10	0,10	-	0,03	0,01	0,10	-	-
6501410	Farinha de copioba	99 Não se aplica	-	0,10	0,10	-	0,03	0,01	0,10	-	-
6501415	Farinha d'água	99 Não se aplica	-	0,10	0,10	-	0,03	0,01	0,10	-	-
6501416	Cruera	99 Não se aplica	-	0,10	0,10	-	0,03	0,01	0,10	-	-
6501502	Goma de mandioca	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501505	Sagu de mandioca	99 Não se aplica	63,11	1,99	1,21	0,35	0,25	0,07	0,10	13,20	8,60
6501510	Farinha de tapioca	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501511	Farinha beiju	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501515	Sagu de tapioca	99 Não se aplica	63,11	1,99	1,21	0,35	0,25	0,07	0,10	13,20	8,60
6501516	Tapioca de goma	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6502001	Farinha láctea	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6502101	Neston	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6502102	Flocos de cereais	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6502105	Vitaflocos	99 Não se aplica	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08
6502403	Mini pizza semipronta	1 Cru(a)	11,05	3,28	2,11	2,33	2,04	0,29	0,10	1,73	0,58
6502403	Mini pizza semipronta	2 Cozido(a)	11,05	3,28	2,11	2,33	2,04	0,29	0,10	1,73	0,58
6502403	Mini pizza semipronta	4 Assado(a)	11,05	3,28	2,11	2,33	2,04	0,29	0,10	1,73	0,58
6502403	Mini pizza semipronta	5 Frito(a)	11,05	3,28	2,11	2,33	2,04	0,29	0,10	1,73	0,58
6502403	Mini pizza semipronta	99 Não se aplica	11,05	3,28	2,11	2,33	2,04	0,29	0,10	1,73	0,58
6502501	Fibra de soja	99 Não se aplica	-	0,29	0,44	1,13	1,00	0,13	-	0,21	-
6502603	Minipastel	99 Não se aplica	61,19	3,16	4,24	7,28	6,41	0,81	0,07	0,36	-
6503401	Macarrão	1 Cru(a)	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-
6503401	Macarrão	2 Cozido(a)	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-
6503401	Macarrão	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-
6503401	Macarrão	4 Assado(a)	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-
6503401	Macarrão	5 Frito(a)	-	0,68	0,87	2,19	1,95	0,24	0,02	0,56	-
6503401	Macarrão	6 Empanado(a)/à milanesa	-	0,68	0,87	2,19	1,95	0,24	0,02	0,56	-
6503401	Macarrão	7 Refogado(a)	-	0,68	0,87	2,19	1,95	0,24	0,02	0,56	-
6503401	Macarrão	8 Molho vermelho	3,64	0,97	0,43	0,25	0,22	0,02	0,06	1,94	-
6503401	Macarrão	9 Molho branco	6,83	1,67	0,74	0,37	0,33	0,04	0,10	1,48	-
6503401	Macarrão	10 Ao alho e óleo	-	0,68	0,87	2,19	1,95	0,24	0,02	0,56	-
6503401	Macarrão	11 Com manteiga/óleo	7,26	1,91	0,84	0,42	0,39	0,04	0,11	0,56	-

(continuação)

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
6503401	Macarrão	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-	-	-
6503401	Macarrão	-	0,68	0,87	2,19	1,95	0,24	0,02	0,56	-	-	-
6503401	Macarrão	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-	-	-
6503401	Macarrão	-	0,18	0,13	0,32	0,30	0,02	-	0,56	-	-	-
6503501	Puré de batata	11,45	2,71	1,11	0,20	0,17	0,03	0,17	1,22	-	-	-
6503601	Bife vegetal	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6503603	Carne vegetal	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6503604	Pasta de soja	-	0,41	0,54	1,49	1,31	0,18	-	1,27	-	-	-
6503605	Carne de soja	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6503702	Amendoim moído	-	6,83	24,43	15,56	15,56	0,00	-	4,00	-	-	-
6504101	Granola	-	0,71	3,21	1,66	1,55	0,09	-	26,22	19,32	-	-
6504601	Musli	-	0,71	3,21	1,66	1,55	0,09	-	26,22	19,32	-	-
6504701	Mix de cereais	-	0,71	3,21	1,66	1,55	0,09	-	26,22	19,32	-	-
6504801	Miojo	8,28	2,36	1,82	2,49	2,21	0,28	0,20	4,48	1,73	-	-
6504802	Macarrão instantâneo	8,28	2,36	1,82	2,49	2,21	0,28	0,20	4,48	1,73	-	-
6505101	Sustagem	12,33	0,32	0,13	0,02	0,01	0,01	0,03	57,58	32,26	-	-
6505601	Proteína de soja	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6505603	Proteína vegetal	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6505701	Complemento alimentar de qualquer sabor	12,33	0,32	0,13	0,02	0,01	0,01	0,03	57,58	32,26	-	-
6505902	Sucrilhos de milho <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6506003	Mini <i>pizza</i> semipronta <i>light</i>	21,88	5,12	2,36	0,43	0,34	0,09	0,17	2,19	0,44	-	-
6506302	Macarrão instantâneo <i>light</i>	8,28	2,36	1,82	2,49	2,21	0,28	0,20	4,48	1,73	-	-
6506302	Macarrão instantâneo <i>light</i>	8,28	2,36	1,82	2,49	2,21	0,28	0,20	4,48	1,73	-	-
6506401	Proteína de soja orgânica	-	0,83	1,16	3,02	2,67	0,35	0,03	0,22	-	-	-
6573225	Macarrão com carne	9,43	0,74	0,83	0,83	0,73	0,09	0,08	1,40	0,16	-	-
6573226	Macarrão com peixe	34,00	0,72	0,87	2,16	1,63	0,22	0,02	0,28	-	-	-
Cocos, castanhas e nozes												
6600101	Coco-da-baía (seco ou verde)	-	29,70	1,43	0,37	0,37	-	-	3,50	-	-	-
6600301	Castanha portuguesa	-	0,26	0,48	0,55	0,49	0,06	-	4,15	-	-	-
6600401	Pinhão	-	0,30	0,10	0,20	0,22	-	-	-	-	-	-
6600501	Amêndoa	-	3,88	32,16	12,21	12,21	-	-	4,80	-	-	-
6600601	Avelã	-	4,46	45,65	7,92	7,83	0,09	-	4,84	-	-	-
6600701	Castanha-do-pará	-	15,14	24,55	20,58	20,54	0,04	-	2,33	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
6600801	Castanha de caju	-	9,16	27,32	7,84	7,66	0,16	-	6,20	-	-
6600912	Butiá	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601108	Tucumã	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601208	Coco de mucajá	-	7,10	25,30	6,50	6,18	0,30	-	-	-	-
6601501	Noz (nogueira)	-	6,13	8,93	47,17	38,09	9,08	-	2,60	-	-
6601706	Açaí	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601707	Juçara	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601709	Uaçai	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601712	Jussara	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601805	Pupunha	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-	-
6601902	Bacaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601904	Bacabuçu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6602001	Castanha-da-índia	-	15,14	24,55	20,58	20,54	0,04	-	2,33	-	-
6602201	Pistache	-	5,44	23,32	13,46	13,20	0,25	-	7,64	-	-
6602301	Buriti	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6602401	Coco	-	29,70	1,43	0,37	0,37	-	-	3,50	-	-
6602601	Pataúá	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Hortalças folhosas, frutosas e outras											
6700101	Alface	-	0,02	0,01	0,08	0,02	0,06	-	0,79	-	-
6700201	Betalha	-	0,41	0,59	1,57	1,30	0,26	-	0,89	-	-
6700301	Chicória	-	0,05	-	0,09	0,08	0,01	-	0,50	-	-
6700301	Chicória	-	0,60	0,83	2,21	1,86	0,34	0,02	0,90	-	-
6700301	Chicória	-	0,60	0,83	2,21	1,86	0,34	0,02	0,90	-	-
6700301	Chicória	-	0,60	0,83	2,21	1,86	0,34	0,02	0,90	-	-
6700304	Escarola	-	0,56	0,81	2,13	1,88	0,26	-	0,65	-	-
6700501	Couve	-	0,06	0,03	0,20	0,08	0,11	-	1,63	-	-
6700501	Couve	-	0,05	0,03	0,17	0,07	0,09	-	1,41	-	-
6700501	Couve	-	0,39	0,58	1,56	1,29	0,26	-	1,41	-	-
6700501	Couve	-	0,39	0,58	1,56	1,29	0,26	-	1,41	-	-
6700501	Couve	-	0,04	0,03	0,15	0,07	0,08	-	1,98	-	-
6700501	Couve	-	0,39	0,58	1,56	1,29	0,26	-	1,41	-	-
6700501	Couve	5,35	1,33	0,55	0,25	0,14	0,10	0,08	1,41	-	-
6700501	Couve	-	0,05	0,03	0,17	0,07	0,09	-	1,41	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
6704101	Chuchu	1 Cru(a)	-	0,09	-	-	-	-	-	1,97	-
6704101	Chuchu	2 Cozido(a)	-	0,09	-	-	-	-	-	1,97	-
6704101	Chuchu	4 Assado(a)	-	0,07	0,01	0,01	0,01	-	-	1,97	-
6704101	Chuchu	7 Refogado(a)	-	0,49	0,66	1,64	1,45	0,19	-	1,97	-
6704101	Chuchu	8 Molho vermelho	-	0,07	0,01	0,02	0,01	0,00	-	2,43	-
6704101	Chuchu	10 Ao alho e óleo	-	0,49	0,66	1,64	1,45	0,19	-	1,97	-
6704101	Chuchu	12 Ao vinagrete	-	0,09	-	-	-	-	-	1,97	-
6704101	Chuchu	13 Ensopado	-	0,49	0,66	1,64	1,45	0,19	-	1,97	-
6704101	Chuchu	15 Sopa	-	0,04	0,03	0,03	0,03	0,01	0,00	3,28	2,52
6704201	Jiló	1 Cru(a)	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,00	-	2,26	-
6704201	Jiló	2 Cozido(a)	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,00	-	2,26	-
6704201	Jiló	4 Assado(a)	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,00	-	2,26	-
6704201	Jiló	5 Frito(a)	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-
6704201	Jiló	7 Refogado(a)	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-
6704201	Jiló	11 Com manteiga/óleo	6,36	1,56	0,65	0,14	0,13	0,01	0,10	2,26	-
6704201	Jiló	13 Ensopado	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-
6704201	Jiló	99 Não se aplica	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,00	-	2,26	-
6704301	Maxixe	1 Cru(a)	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6704301	Maxixe	2 Cozido(a)	-	0,02	0,04	0,09	0,09	-	-	1,18	-
6704301	Maxixe	7 Refogado(a)	-	0,39	0,64	1,59	1,41	0,18	-	1,18	-
6704301	Maxixe	13 Ensopado	-	0,39	0,64	1,59	1,41	0,18	-	1,18	-
6704306	Pepininho (maxixe)	2 Cozido(a)	-	0,02	0,04	0,09	0,09	-	-	1,18	-
6704306	Pepininho (maxixe)	12 Ao vinagrete	-	0,02	0,04	0,09	0,09	-	-	1,18	-
6704401	Palmito <i>in natura</i>	1 Cru(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704401	Palmito <i>in natura</i>	2 Cozido(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704401	Palmito <i>in natura</i>	7 Refogado(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704401	Palmito <i>in natura</i>	13 Ensopado	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	2 Cozido(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	7 Refogado(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	8 Molho vermelho	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	2 Cozido(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	7 Refogado(a)	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-
6704501	Pimentão	99 Não se aplica	-	0,06	0,01	0,06	0,05	0,01	-	2,39	-

(continuação)

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
6705001	Quiabo	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,05	-	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,05	-	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,49	0,68	1,69	1,49	0,19	0,02	2,26	-	-	-
6705001	Quiabo	-	0,05	0,03	0,05	0,05	0,05	-	2,26	-	-	-
6705101	Tomate	-	0,03	0,03	0,08	0,08	0,08	-	2,62	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,06	0,01	0,15	0,06	0,09	-	2,30	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,06	0,01	0,15	0,06	0,09	-	2,30	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,63	0,84	2,24	1,91	0,34	0,02	2,30	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,63	0,84	2,24	1,91	0,34	0,02	2,30	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,63	0,84	2,24	1,91	0,34	0,02	2,30	-	-	-
6705201	Vagem	-	0,06	0,01	0,15	0,06	0,09	-	2,30	-	-	-
6705301	Cogumelo <i>in natura</i>	-	0,05	0,01	0,19	0,19	0,07	-	0,30	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,04	0,02	0,09	0,07	0,01	-	3,67	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,04	0,02	0,09	0,08	0,02	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,04	0,02	0,09	0,08	0,02	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,70	1,09	2,75	2,42	0,33	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	64,24	1,74	2,57	5,12	4,50	0,58	-	3,99	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,70	1,09	2,75	2,42	0,33	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,04	0,02	0,09	0,08	0,02	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,70	1,09	2,75	2,42	0,33	-	3,90	-	-	-
6705401	Berinjela	-	0,04	0,02	0,09	0,08	0,02	-	3,90	-	-	-
6705501	Ervilha em vagem	-	0,49	0,67	1,74	1,53	0,21	0,02	3,40	-	-	-
6705501	Ervilha em vagem	-	0,49	0,67	1,74	1,53	0,21	0,02	3,40	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,04	0,01	0,02	0,01	-	-	4,26	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,03	0,03	0,07	0,07	0,00	-	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,03	0,03	0,07	0,07	0,00	-	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,03	0,03	0,07	0,07	0,00	-	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,37	0,52	1,32	1,17	0,15	0,01	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,37	0,52	1,32	1,17	0,15	0,01	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,03	0,03	0,07	0,07	0,00	-	4,63	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
6705701	Cebola	4,84	1,19	0,50	0,14	0,13	0,01	0,07	4,73	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,04	0,01	0,02	0,01	-	-	4,26	-	-	-
6705701	Cebola	-	0,04	0,01	0,02	0,01	-	-	4,26	-	-	-
6705801	Catalonha	-	0,39	0,62	1,53	1,35	0,18	-	0,40	-	-	-
6706101	Jardineira (seleta)	-	0,05	0,01	0,12	0,10	0,01	-	3,20	-	-	-
6706102	Seleta (jardineira)	-	0,05	0,01	0,12	0,10	0,01	-	3,20	-	-	-
6706201	Alho	-	0,09	0,01	0,25	0,23	0,02	-	1,60	-	-	-
6706301	Alho-poró	-	0,44	0,61	1,65	1,40	0,25	0,01	1,98	-	-	-
6707301	Broto de alface	-	0,07	0,06	0,41	0,23	0,18	-	0,20	-	-	-
6707801	Alface orgânica	-	0,02	0,01	0,08	0,02	0,06	-	0,79	-	-	-
6707901	Tomate orgânico	-	0,03	0,03	0,08	0,08	-	-	2,62	-	-	-
6708001	Pimentão orgânico	-	0,06	0,01	0,06	0,05	0,01	-	2,39	-	-	-
6709701	Orégano	-	2,66	0,67	5,23	1,05	4,18	-	4,09	-	-	-
Frutas												
6801017	Pacová	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	2,14	2,97	7,52	6,61	0,90	0,07	13,64	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	2,14	2,97	7,52	6,61	0,90	0,07	13,64	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	28,83	7,01	2,86	0,49	0,42	0,07	0,44	13,65	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,55	0,95	0,48	0,13	0,10	0,03	0,05	13,20	5,06	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,55	0,95	0,48	0,13	0,10	0,03	0,05	13,20	5,06	-	-
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-	-	-
6801801	Laranja (pera, seleta, lima, da terra, etc.)	-	0,02	0,02	0,03	0,02	0,01	-	8,37	-	-	-
6801901	Lima	-	0,02	0,02	0,03	0,02	0,01	-	8,37	-	-	-
6802001	Limão (comum, galego, etc.)	-	0,02	0,02	0,06	0,04	0,02	-	0,70	-	-	-
6802201	Tangerina	-	0,04	0,06	0,07	0,05	0,02	-	10,58	-	-	-
6802202	Mexerica	-	0,04	0,06	0,07	0,05	0,02	-	10,58	-	-	-
6802217	Bergamota	-	0,04	0,06	0,07	0,05	0,02	-	10,58	-	-	-
6802218	Mimosa	-	0,04	0,06	0,07	0,05	0,02	-	10,58	-	-	-
6802223	Tanja	-	0,04	0,06	0,07	0,05	0,02	-	10,58	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
6804702	Acaja (taberebé)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6804801	Carambola	-	0,02	0,03	0,18	0,16	0,03	-	3,75	-	-
6804901	Jabuticaba	-	0,02	0,08	0,25	0,16	0,09	-	7,48	-	-
6805001	Graviola	-	-	0,10	-	0,01	0,02	-	-	-	-
6805201	Morango	-	0,02	0,04	0,16	0,09	0,07	-	4,90	-	-
6805301	Jambo	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6805401	Atemoia	-	0,07	0,01	0,09	0,05	0,04	-	3,39	-	-
6805601	Mangaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6805701	Araçá	-	0,27	0,09	0,40	0,29	0,11	-	8,82	-	-
6805801	Nêspera	-	0,04	0,01	0,09	0,08	0,01	-	6,30	-	-
6805901	Fruta-pão	-	0,05	0,03	0,07	0,05	0,02	-	2,90	-	-
6806001	Sapoti	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806101	Uxi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806201	Tamarindo	-	0,27	0,18	0,06	0,06	-	-	-	-	-
6806301	Cacau	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806401	Pitomba	-	0,10	0,12	0,13	0,07	0,07	-	15,00	-	-
6806501	Bacuri	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806601	Ingá	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806701	Pequi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806801	Pitanga	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806901	Ciriguela	-	0,20	-	0,10	0,07	0,03	-	-	-	-
6807001	Murici	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807101	Umbu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807103	Imbu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807202	Biribá	-	0,07	0,01	0,09	0,05	0,04	-	3,39	-	-
6807301	Cupuaçu	-	0,40	0,20	0,10	0,03	0,09	-	-	-	-
6807401	Nectarina	-	0,03	0,09	0,11	0,11	0,00	-	7,81	-	-
6807501	Mari	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807601	Romã	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807701	Acerola	-	0,07	0,08	0,09	0,05	0,04	-	-	-	-
6807801	Kiwi	-	0,03	0,05	0,29	0,25	0,04	-	8,97	-	-
6808001	Abiu	-	0,30	0,10	0,10	0,10	0,02	-	-	-	-
6808201	Jurubeba	-	0,50	0,50	2,10	2,09	0,03	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	(continuação)	
									Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
6808401	Fruta (não especificada)	-	0,11	0,03	0,07	0,05	0,03	-	12,23	-
6808601	Maçã orgânica	-	0,03	0,01	0,05	0,04	0,01	-	10,40	-
6808901	Acerola orgânica	-	0,07	0,08	0,09	0,05	0,04	-	-	-
6809901	Amora	-	0,01	0,05	0,28	0,19	0,09	-	4,88	-
6810201	Jamelão (jamburão)	-	0,02	0,08	0,25	0,16	0,09	-	7,48	-
Açúcares e produtos de confeitaria										
6900302	Demerara	-	-	-	-	-	-	-	99,91	99,98
6900304	Açúcar mascavo	-	-	-	-	-	-	-	97,02	98,09
6900401	Repadura	-	-	-	-	-	-	-	42,20	60,80
6900402	Alfênim de cana	-	-	-	-	-	-	-	42,20	60,80
6900403	Batida (rapadura)	-	-	-	-	-	-	-	97,02	98,09
6900501	Sorvete de qualquer sabor industrializado	40,67	6,79	3,05	0,44	0,27	0,17	0,37	18,89	20,03
6900502	Picolé de qualquer sabor industrializado	-	0,01	0,05	0,02	0,02	-	-	13,67	19,23
6900601	Chiclete	-	-	-	-	-	-	-	58,97	60,06
6900603	Bala	-	-	-	-	-	-	-	98,20	98,00
6900604	Caramelo (bala)	7,00	2,48	1,54	3,48	3,45	0,03	0,04	46,75	68,20
6900605	Drops	-	-	-	-	-	-	-	98,20	98,00
6900606	Pastilha	-	-	-	-	-	-	-	58,97	60,06
6900607	Pirulito	-	-	-	-	-	-	-	98,20	98,00
6900609	Goma de mascar	-	-	-	-	-	-	-	58,97	60,06
6900610	Jujuba	-	-	-	-	-	-	-	46,56	84,42
6900701	Tablete de chocolate	23,00	20,78	15,87	1,26	1,06	0,12	0,09	54,80	46,99
6900702	Barra de chocolate	23,00	20,78	15,87	1,26	1,06	0,12	0,09	54,80	46,99
6900706	Confete	14,00	13,08	5,18	0,92	0,86	0,06	0,17	63,30	57,75
6900801	Chocolate em pó de qualquer marca	0,45	0,80	1,54	1,04	1,01	0,03	0,37	80,44	77,59
6900818	Ovomaltine	5,82	1,62	2,68	0,74	0,69	0,04	0,99	70,81	51,34
6900821	Achocolatado em pó	-	2,27	-	-	-	-	-	77,39	77,24
6900822	Toddynho	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09
6900901	Bombom de qualquer marca	-	-	-	-	-	-	-	84,44	93,18
6900904	Trufa	32,32	20,83	11,78	1,89	1,69	0,19	0,88	41,35	40,34
6901001	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor	-	0,01	0,04	-	-	-	-	48,90	65,51
6901002	Mousse de qualquer sabor (Geleia)	159,21	12,59	6,92	0,94	0,76	0,14	0,46	29,84	28,14
6901101	Geleia de mocotó	-	-	-	-	-	-	-	27,97	27,99

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)									
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)		
6901201	Doce de frutas em pasta de qualquer sabor	-	0,08	0,03	0,12	0,09	0,03	-	72,58	69,99		
6901203	Pasta de amendoim	-	10,51	24,22	14,16	14,08	0,08	-	9,22	4,90		
6901204	Pessegada	-	-	0,02	0,02	0,02	-	-	16,06	11,21		
6901206	Marmelada	-	0,01	0,04	-	-	-	-	48,90	65,51		
6901209	Figada	-	0,02	0,02	0,05	0,05	-	-	16,75	13,30		
6901211	Goiabada	-	0,08	0,03	0,12	0,09	0,03	-	72,58	69,99		
6901214	Caju em pasta	-	0,08	0,03	0,12	0,09	0,03	-	72,58	69,99		
6901224	Mariola	-	0,08	0,03	0,12	0,09	0,03	-	72,58	69,99		
6901301	Doce de frutas em calda de qualquer sabor	-	-	0,02	0,02	0,02	-	-	16,06	11,21		
6901401	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor	-	0,08	0,03	0,12	0,09	0,03	-	72,58	69,99		
6901501	Melado	-	-	-	-	-	-	-	42,20	60,80		
6901602	Mel	-	-	-	-	-	-	-	82,13	82,40		
6901701	Gelatina de qualquer sabor	-	0,01	0,04	-	-	-	-	48,90	65,51		
6901801	Adoçante artificial	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
6902004	Merengue	-	-	-	-	-	-	-	85,54	85,21		
6902301	Schmier de cana	-	-	-	-	-	-	-	42,20	60,80		
6902401	Fruta seca ou desidratada	-	0,09	0,05	0,06	0,04	0,02	-	38,12	-		
6902402	Passa	-	0,06	0,05	0,04	0,03	0,01	-	57,88	-		
6902601	Pudim de qualquer sabor	122,51	2,14	1,66	0,52	0,41	0,06	0,08	15,90	12,02		
6902607	Danette pudim	122,51	2,14	1,66	0,52	0,41	0,06	0,08	15,90	12,02		
6902701	Manjar	118,44	6,63	2,68	0,56	0,43	0,08	0,20	38,63	31,61		
6902901	Cuscuz	-	0,04	0,03	0,09	0,08	-	-	0,72	-		
6902902	Cuscuz de tapioca	63,11	1,99	1,21	0,35	0,25	0,07	0,10	13,20	8,60		
6903001	Maria-mole	-	17,68	0,85	0,22	0,22	0,22	-	61,43	61,91		
6903101	Cocada	-	11,01	0,53	0,14	0,14	0,14	-	62,21	71,44		
6903102	Quebra-queixo	-	11,01	0,53	0,14	0,14	0,14	-	62,21	71,44		
6903201	Doce de amendoim	-	4,06	11,76	6,84	6,71	0,07	0,96	39,22	49,15		
6903202	Pé de moleque	-	2,36	8,44	5,38	5,38	5,38	-	55,51	58,45		
6903203	Paçoca	-	2,99	10,68	6,80	6,80	6,80	-	15,14	13,33		
6903204	Torrão de amendoim	-	1,86	15,39	6,02	6,01	0,00	0,01	47,33	45,45		
6903205	Paçoquinha de amendoim	-	2,99	10,68	6,80	6,80	6,80	-	15,14	13,33		
6903207	Amendoim caramelizado	-	2,36	8,44	5,38	5,38	5,38	-	55,51	58,45		
6903208	Amendoim amanteigado	-	6,83	24,43	15,56	15,56	15,56	0,00	4,00	-		

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolénico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar	
									total (g)	de adição (g)
6906501	<i>Diet shake</i>	5,27	0,76	0,42	0,41	0,37	0,05	0,01	59,33	39,64
6906502	Concentrado alimentar <i>diet shake</i>	5,27	0,76	0,42	0,41	0,37	0,05	0,01	59,33	39,64
6906602	Açúcar	-	-	-	-	-	-	-	99,91	99,98
6907001	Açúcar <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6907201	Barra de cereais	-	0,93	1,71	5,32	5,30	0,02	0,04	37,40	49,22
6907202	Barra de cereais salgada	-	0,93	1,71	5,32	5,30	0,02	0,04	37,40	49,22
6907203	Barra de cereais doce	-	0,93	1,71	5,32	5,30	0,02	0,04	37,40	49,22
6907301	Sobremesa de qualquer tipo (exceto infantil)	122,51	2,14	1,66	0,52	0,41	0,06	0,08	15,90	12,02
6907401	Rabanada	38,00	3,40	9,00	2,90	2,80	-	0,10	-	-
6907501	<i>Milk shake</i>	25,08	3,96	1,74	0,26	0,16	0,09	0,24	17,79	19,07
6907901	Geleia <i>diet</i>	-	0,01	0,02	0,09	0,05	0,04	-	3,02	-
6908001	Doce de frutas <i>diet</i>	-	0,01	0,02	0,09	0,05	0,04	-	3,02	-
6908401	Pastéis de santa clara	122,51	2,14	1,66	0,52	0,41	0,06	0,08	15,90	12,02
6908501	Suspiro	-	-	-	-	-	-	-	85,54	85,21
6909301	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor <i>diet</i>	-	0,01	0,02	0,09	0,05	0,04	-	3,02	-
6909601	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>light</i>	33,00	4,70	2,10	0,30	0,19	0,11	0,25	22,11	17,46
6909701	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>diet</i>	32,00	6,79	3,17	0,41	0,25	0,16	0,45	5,93	-
6909803	Bala <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6909901	Chiclete <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6909903	Bala <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6910002	Barra de chocolate <i>light</i>	2,80	21,17	15,73	2,84	2,76	0,05	0,01	31,32	24,57
6910102	Barra de chocolate <i>diet</i>	2,80	21,17	15,73	2,84	2,76	0,05	0,01	31,32	24,57
6910221	Achocolatado em pó <i>light</i>	7,16	1,44	0,76	0,08	0,07	0,01	0,02	46,18	14,16
6910321	Achocolatado em pó <i>diet</i>	7,16	1,44	0,76	0,08	0,07	0,01	0,02	46,18	14,16
6910322	Toddynho <i>diet</i>	9,59	2,01	0,90	0,21	0,14	0,07	0,11	6,24	-
6910401	Bombom de qualquer marca <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	84,44	93,18
6910501	Bombom de qualquer marca <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	84,44	93,18
6910502	Bombom caramelizado de qualquer marca <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	84,44	93,18
6910601	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07
6910604	Geleia <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07
6910605	Geleia de frutas <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07
6910701	Doce de frutas em barra ou pasta <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07
6910702	Doce de frutas em pasta <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07

(continuação)

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Lino-léico (g)	AG Linoléico (g)	AG Trans total (g)	(continuação)			
									Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)		
6910801	Pudim de qualquer sabor <i>light</i>	119,18	1,32	1,30	0,41	0,35	0,01	0,03	15,86	12,02		
6910808	Pudim danette <i>light</i>	119,18	1,32	1,30	0,41	0,35	0,01	0,03	15,86	12,02		
6910901	Pudim de qualquer sabor <i>diet</i>	119,18	1,32	1,30	0,41	0,35	0,01	0,03	15,86	12,02		
6911201	Doce de leite <i>light</i>	13,25	2,08	0,91	0,22	0,13	0,08	0,14	59,91	48,07		
6911301	Doce de leite <i>diet</i>	13,25	2,08	0,91	0,22	0,13	0,08	0,14	59,91	48,07		
6912501	Barra de cereais <i>diet</i>	-	0,55	2,80	1,69	1,25	0,44	0,02	38,43	12,43		
6912502	Barra de cereais doce <i>diet</i>	-	0,55	2,80	1,69	1,25	0,44	0,02	38,43	12,43		
6912801	<i>Milk shake diet</i>	5,27	0,76	0,42	0,41	0,37	0,05	0,01	59,33	39,64		
6913001	Cocada <i>diet</i>	-	11,01	0,53	0,14	0,14	-	-	62,21	71,44		
6913101	Doce de amendoim <i>diet</i>	-	8,69	25,98	15,29	15,10	0,04	-	4,19	-		
6913103	Paçoca <i>diet</i>	-	8,69	25,98	15,29	15,10	0,04	-	4,19	-		
6913108	Amendoim amanteigado <i>diet</i>	22,75	7,25	8,70	4,45	4,42	0,03	0,35	1,07	-		
6913801	Doce à base de leite <i>diet</i>	13,25	2,08	0,91	0,22	0,13	0,08	0,14	59,91	48,07		
6913901	Gelatina de qualquer sabor <i>light</i>	-	0,02	0,00	0,01	0,01	0,00	-	45,61	36,07		
6914001	Adoçante <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	80,72	85,67		
6914002	Adoçante em pó <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	80,72	85,67		
6914003	Adoçante líquido <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
Sais e condimentos												
7001501	Mostarda molho	-	0,25	2,63	0,95	0,44	0,46	0,01	0,86	-		
7002304	Hortelã	-	0,00	0,00	0,01	-	-	-	-	-		
7002401	Alcaparra em conserva	-	0,23	0,06	0,30	0,11	0,18	-	2,53	-		
7002601	Coentro	-	0,12	2,23	0,33	0,33	-	-	34,75	-		
7003601	Molho de soja	-	0,01	0,01	0,02	0,02	-	-	2,00	-		
7003604	<i>Shoyo</i>	-	0,01	0,01	0,02	0,02	-	-	2,00	-		
7003801	Leite de coco	-	18,49	0,89	0,23	0,23	-	-	4,68	-		
7004301	Maionese (molho)	32,91	3,80	5,47	13,18	11,62	1,54	0,12	10,24	10,44		
7004701	Massa de tomate	-	0,03	0,03	0,09	0,08	0,00	-	4,83	-		
7004801	Molho de tomate	-	0,03	0,03	0,07	0,07	-	-	4,25	-		
7004802	Ketchup	-	0,04	0,05	0,13	0,12	0,00	-	22,77	16,30		
7004803	Catchup	-	0,04	0,05	0,13	0,12	0,00	-	22,77	16,30		
7006101	Pimenta em pó	-	0,98	1,01	1,13	0,97	0,16	-	-	-		
7007101	Tucupi em caldo sem pimenta	-	-	-	0,00	0,00	-	-	1,19	1,20		
7007502	Creme de queijo	51,12	9,84	4,29	0,61	0,46	0,15	0,49	4,84	-		

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7007701	Caldo de peixe	-	0,14	0,12	0,16	0,01	0,01	-	0,16	-	-	-
7007901	Caldo de tomate	-	0,14	0,22	0,37	0,36	0,01	0,03	3,75	2,90	-	-
7009102	Gergelim	-	9,06	23,92	25,49	25,23	0,26	-	0,52	-	-	-
7010301	Tomate seco	-	1,89	8,66	2,06	1,98	0,08	0,01	13,90	-	-	-
7010401	Maionesa (molho) <i>light</i>	31,09	1,61	2,29	5,17	4,56	0,60	0,05	12,48	12,71	-	-
7010501	Molho de soja <i>light</i>	-	0,01	0,01	0,04	0,03	0,00	-	2,10	-	-	-
7010601	Leite de coco <i>light</i>	-	18,49	0,89	0,23	0,23	-	-	4,68	-	-	-
7079202	Vinagrete	-	0,87	4,47	0,67	0,63	0,05	0,01	3,42	-	-	-
Carnes e vísceras												
7100101	Filé-mignon	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,82	4,51	1,85	1,56	0,26	0,42	0,01	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7100101	Filé-mignon	46,40	2,74	3,14	0,29	0,20	0,07	0,33	0,85	-	-	-
7100101	Filé-mignon	53,23	4,26	3,77	0,39	0,28	0,09	0,42	1,03	-	-	-
7100101	Filé-mignon	63,74	4,79	4,48	0,43	0,31	0,10	0,50	0,00	-	-	-
7100101	Filé-mignon	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,82	4,51	1,85	1,56	0,26	0,42	0,01	-	-	-
7100201	Contrafilé	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7100201	Contrafilé	46,40	2,74	3,14	0,29	0,20	0,07	0,33	0,85	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	105,00	8,30	9,24	2,24	1,84	0,35	0,92	0,01	-	-	-
7100205	Bisteca bovina	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)							
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
7100205	Bisteca bovina	75,20	14,25	15,11	1,24	0,80	0,40	1,53	0,85	-
7100301	Alcatra	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100301	Alcatra	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100301	Alcatra	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100301	Alcatra	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100301	Alcatra	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100301	Alcatra	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100301	Alcatra	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100301	Alcatra	46,40	2,74	3,14	0,29	0,20	0,07	0,33	0,85	-
7100301	Alcatra	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100301	Alcatra	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100303	Maminha	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100303	Maminha	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100303	Maminha	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100303	Maminha	72,00	1,38	1,61	0,19	0,15	0,02	0,18	0,85	-
7100304	Picanha	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100304	Picanha	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100304	Picanha	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-
7100304	Picanha	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100304	Picanha	58,00	4,29	5,20	3,59	3,10	0,47	0,44	-	-
7100501	Patinho	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100501	Patinho	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100501	Patinho	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100501	Patinho	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100501	Patinho	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100501	Patinho	72,00	1,38	1,61	0,19	0,15	0,02	0,18	0,85	-
7100501	Patinho	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)							
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
7100604	Posta branca	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100604	Posta branca	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100604	Posta branca	72,00	1,38	1,61	0,19	0,15	0,02	0,18	0,85	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100607	Paulista	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100607	Paulista	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-
7100702	Posta vermelha	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7100801	Acém	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100801	Acém	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100801	Acém	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100801	Acém	75,00	6,15	7,59	2,11	1,74	0,34	0,69	0,01	-
7100801	Acém	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100801	Acém	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100803	Aguilha (acém)	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100803	Aguilha (acém)	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100803	Aguilha (acém)	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100905	Paleta	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100905	Paleta	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100905	Paleta	60,00	4,60	5,61	0,51	0,35	0,13	0,54	0,85	-
7100905	Paleta	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-
7100908	Pá com osso	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100908	Pá com osso	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7100908	Pá com osso	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7101001	Músculo bovino	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7101001	Músculo bovino	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-
7101001	Músculo bovino	72,00	1,38	1,61	0,19	0,15	0,02	0,18	0,85	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7101001	Músculo bovino	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-	-
7101001	Músculo bovino	7,86	0,68	0,79	0,09	0,07	0,02	0,08	0,24	-	-	-
7101006	Chambaril	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101006	Chambaril	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101006	Chambaril	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7101009	Carne marica bovina	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7101009	Carne marica bovina	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-	-
7101009	Carne marica bovina	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7101011	Vazio (carne bovina)	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7101101	Peito bovino	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7101101	Peito bovino	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-	-
7101203	Aba de filé	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101203	Aba de filé	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101203	Aba de filé	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7101301	Costela bovina	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101301	Costela bovina	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101301	Costela bovina	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101301	Costela bovina	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101301	Costela bovina	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7101706	Filé de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101706	Filé de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7101706	Filé de segunda	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7101706	Filé de segunda	75,00	6,15	7,59	2,11	1,74	0,34	0,69	0,01	-	-	-
7101706	Filé de segunda	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7101801	Viscera bovina	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	(continuação)	
									Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
7101801	Viscera bovina	396,00	2,10	1,23	2,12	1,31	0,17	0,22	-	-
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	265,68	0,90	0,63	0,86	0,35	0,01	0,05	1,95	-
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	265,68	0,90	0,63	0,86	0,35	0,01	0,05	1,95	-
7101901	Coração bovino	212,00	1,40	1,01	0,99	0,74	0,02	0,16	-	-
7101901	Coração bovino	212,00	1,40	1,01	0,99	0,74	0,02	0,16	-	-
7101901	Coração bovino	212,00	1,40	1,01	0,99	0,74	0,02	0,16	-	-
7101901	Coração bovino	212,00	1,81	1,60	2,47	2,04	0,19	0,17	-	-
7102001	Rim de boi	716,00	1,07	0,71	0,83	0,46	0,02	0,20	-	-
7102102	Befe bovino	716,00	1,07	0,71	0,83	0,46	0,02	0,20	-	-
7102102	Befe bovino	716,00	1,47	1,30	2,31	1,77	0,19	0,21	-	-
7102102	Befe bovino	716,00	1,47	1,30	2,31	1,77	0,19	0,21	-	-
7102201	Miolo de boi	3100,00	2,39	1,88	1,63	0,04	-	0,51	-	-
7102401	Tripa bovina	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102401	Tripa bovina	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102401	Tripa bovina	157,00	1,76	2,19	1,69	1,44	0,18	0,21	-	-
7102402	Dobradinha fresca	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102402	Dobradinha fresca	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102402	Dobradinha fresca	125,60	1,09	1,29	0,18	0,12	0,01	0,16	0,85	-
7102402	Dobradinha fresca	157,00	1,76	2,19	1,69	1,44	0,18	0,21	-	-
7102402	Dobradinha fresca	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102402	Dobradinha fresca	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102403	Fato bovino	157,00	1,76	2,19	1,69	1,44	0,18	0,21	-	-
7102403	Fato bovino	157,00	1,36	1,60	0,21	0,14	0,01	0,20	-	-
7102404	Fato caprino	157,00	1,76	2,19	1,69	1,44	0,18	0,21	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	2,10	1,23	2,12	1,31	0,17	0,22	-	-
7102501	Figado bovino	396,00	2,10	1,24	2,14	1,32	0,18	0,22	0,01	-
7102501	Figado bovino	396,00	2,10	1,23	2,12	1,31	0,17	0,22	-	-
7102501	Figado bovino	316,80	1,36	0,52	0,53	0,01	0,00	0,17	0,85	-
7102501	Figado bovino	396,00	2,10	1,23	2,12	1,31	0,17	0,22	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7102501	Fígado bovino	396,00	2,10	1,23	2,12	1,31	0,17	0,22	-	-	-	-
7102601	Cupim	90,80	5,50	5,40	0,20	0,16	0,03	-	-	-	-	-
7102601	Cupim	90,80	5,50	5,40	0,20	0,16	0,03	-	-	-	-	-
7102601	Cupim	85,35	6,10	6,44	3,64	3,19	0,43	0,03	-	-	-	-
7102701	Língua bovina	132,00	8,13	10,10	0,75	0,53	0,09	0,84	-	-	-	-
7102701	Língua bovina	132,00	8,13	10,10	0,75	0,53	0,09	0,84	-	-	-	-
7102701	Língua bovina	132,00	8,13	10,10	0,75	0,53	0,09	0,84	-	-	-	-
7102701	Língua bovina	132,00	8,53	10,69	2,23	1,83	0,27	0,85	-	-	-	-
7102701	Língua bovina	105,60	6,51	8,09	0,61	0,44	0,07	0,67	0,85	-	-	-
7102701	Língua bovina	132,00	8,53	10,69	2,23	1,83	0,27	0,85	-	-	-	-
7102801	Rabada de boi	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-	-	-
7103101	Mocotó bovino	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-	-
7103101	Mocotó bovino	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-	-
7103101	Mocotó bovino	7,86	0,68	0,79	0,09	0,07	0,02	0,08	0,24	-	-	-
7103101	Mocotó bovino	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-	-
7103104	Braço bovino	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-	-
7103105	Mão bovina	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-	-
7103301	Carré	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103301	Carré	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103301	Carré	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103301	Carré	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103305	Bisteca suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103401	Pernil suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7103401	Pernil suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7103401	Pernil suíno	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7103401	Pernil suíno	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7103403	Quarto suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
											AG Mono (g)	AG Poli (g)
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	96,80	8,90	10,79	2,20	2,02	0,09	0,07	0,85	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103501	Costela suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-	-
7103701	Lombo suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7103701	Lombo suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7103701	Lombo suíno	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7103701	Lombo suíno	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7103801	Toucinho	110,00	13,74	18,52	4,55	4,00	0,20	0,31	0,59	1,43	-	-
7103903	Miúdo suíno	355,00	1,41	0,63	1,05	0,42	0,04	-	-	-	-	-
7103906	Arrasto suíno	265,68	0,90	0,63	0,86	0,35	0,01	0,05	1,95	-	-	-
7103907	Sarapatel suíno fresco	265,68	0,90	0,63	0,86	0,35	0,01	0,05	1,95	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7104101	Carne suína	73,60	5,89	7,22	1,53	1,38	0,05	0,03	0,85	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-	-
7104101	Carne suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)							
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
7104301	Carne moída	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-
7104301	Carne moída	68,80	3,51	3,75	0,33	0,25	0,04	0,55	0,85	-
7104301	Carne moída	75,63	5,04	4,38	0,43	0,33	0,06	0,65	1,03	-
7104301	Carne moída	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-
7104301	Carne moída	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-
7104301	Carne moída	7,86	0,68	0,79	0,09	0,07	0,02	0,08	0,24	-
7104301	Carne moída	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-
7104302	Guisado	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-
7104501	Tripa suína	277,00	9,52	7,07	1,22	0,98	0,03	-	-	-
7104501	Tripa suína	277,00	9,92	7,66	2,70	2,29	0,21	0,01	-	-
7104601	Figado suíno	355,00	1,41	0,63	1,05	0,42	0,04	-	-	-
7104601	Figado suíno	355,00	1,41	0,63	1,05	0,42	0,04	-	-	-
7104601	Figado suíno	355,00	1,81	1,21	2,53	1,73	0,21	0,01	-	-
7104701	Língua suína	146,00	6,45	8,76	1,93	1,84	0,09	-	-	-
7104701	Língua suína	146,00	6,45	8,76	1,93	1,84	0,09	-	-	-
7104701	Língua suína	146,00	6,45	8,76	1,93	1,84	0,09	-	-	-
7104701	Língua suína	146,00	6,85	9,34	3,41	3,15	0,26	0,01	-	-
7104701	Língua suína	146,00	6,85	9,34	3,41	3,15	0,26	0,01	-	-
7105001	Orelha suína fresca	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-
7105103	Sarrabulho	265,68	0,90	0,63	0,86	0,35	0,01	0,05	1,95	-
7105203	Mocotó suíno	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-
7105401	Carne de cabrito	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105401	Carne de cabrito	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105401	Carne de cabrito	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105402	Carne de bode	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105402	Carne de bode	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105402	Carne de bode	75,00	1,33	1,94	1,71	1,44	0,19	0,10	-	-
7105403	Carne caprina	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105403	Carne caprina	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-
7105403	Carne caprina	75,00	1,33	1,94	1,71	1,44	0,19	0,10	-	-
7105403	Carne caprina	75,00	1,33	1,94	1,71	1,44	0,19	0,10	-	-
7105405	Carne de caprino	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7105405	Carne de caprino	75,00	0,93	1,36	0,23	0,13	0,02	0,09	-	-	-
7105405	Carne de caprino	75,00	1,33	1,94	1,71	1,44	0,19	0,10	-	-	-
7105601	Carne de carneiro	92,00	3,28	4,02	0,60	0,49	0,05	0,40	-	-	-
7105601	Carne de carneiro	92,00	3,28	4,02	0,60	0,49	0,05	0,40	-	-	-
7105601	Carne de carneiro	92,00	3,28	4,02	0,60	0,49	0,05	0,40	-	-	-
7105601	Carne de carneiro	92,00	4,16	5,30	3,84	3,35	0,43	0,43	-	-	-
7105601	Carne de carneiro	92,00	4,16	5,30	3,84	3,35	0,43	0,43	-	-	-
7105602	Carne de ovelha	92,00	3,28	4,02	0,60	0,49	0,05	0,40	-	-	-
7105602	Carne de ovelha	92,00	3,28	4,02	0,60	0,49	0,05	0,40	-	-	-
7105602	Carne de ovelha	92,00	4,16	5,30	3,84	3,35	0,43	0,43	-	-	-
7105801	Mocotó de caprino	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-
7106301	Pernil	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106301	Pernil	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106301	Pernil	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106301	Pernil	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-
7106401	Lagarto bovino	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-
7106401	Lagarto bovino	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-
7106401	Lagarto bovino	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-	-
7106401	Lagarto bovino	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-	-
7106401	Lagarto bovino	72,00	1,38	1,61	0,19	0,15	0,02	0,18	0,85	-	-
7106501	Alcatra suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106501	Alcatra suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106501	Alcatra suína	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7106501	Alcatra suína	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-
7107102	Brachola	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-
7107103	Bife role cru	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-
7107204	Buchada de bode	144,00	2,50	1,20	0,10	0,07	0,01	-	-	-	-
7107501	Sua suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-
7107501	Sua suína	121,00	11,12	13,48	2,73	2,51	0,11	0,08	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linólico (g)	AG Linólico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7107601	Carne de outros animais	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	60,00	4,60	5,61	0,51	0,35	0,13	0,54	0,85	-	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-	-
7107601	Carne de outros animais	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-	-
7107603	Carne da paca	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107603	Carne da paca	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107603	Carne da paca	117,00	2,47	2,47	2,83	2,38	0,45	0,01	-	-	-	-	-
7107611	Carne de jacaré	91,10	0,39	0,48	0,36	0,19	0,06	0,01	-	-	-	-	-
7107611	Carne de jacaré	91,10	0,79	1,06	1,84	1,50	0,23	0,02	-	-	-	-	-
7107615	Carne de capivara	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107615	Carne de capivara	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107615	Carne de capivara	117,00	2,47	2,47	2,83	2,38	0,45	0,01	-	-	-	-	-
7107617	Carne de cotia	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107617	Carne de cotia	117,00	2,07	1,89	1,35	1,07	0,28	-	-	-	-	-	-
7107622	Carne de jabuti	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,82	4,51	1,85	1,56	0,26	0,42	0,01	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	46,40	2,74	3,14	0,29	0,20	0,07	0,33	0,85	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	53,23	4,26	3,77	0,39	0,28	0,09	0,42	1,03	-	-	-	-
7107801	Carne de primeira	63,74	4,79	4,48	0,43	0,31	0,10	0,50	0,00	-	-	-	-
7107804	Chuleta	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107804	Chuleta	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107804	Chuleta	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107804	Chuleta	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7107805	Filé não especificado	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,82	4,51	1,85	1,56	0,26	0,42	0,01	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-
7107805	Filé não especificado	46,40	2,74	3,14	0,29	0,20	0,07	0,33	0,85	-	-
7107805	Filé não especificado	63,74	4,79	4,48	0,43	0,31	0,10	0,50	0,00	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,82	4,50	1,83	1,54	0,26	0,42	-	-	-
7107805	Filé não especificado	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-
7108107	Miúdo de bode	396,00	1,70	0,65	0,64	-	-	0,21	-	-	-
7108301	Pé suíno fresco	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-
7108301	Pé suíno fresco	83,00	3,54	4,49	0,85	0,73	0,02	0,03	-	-	-
7108301	Pé suíno fresco	83,00	3,94	5,07	2,33	2,04	0,19	0,04	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	6,15	7,59	2,11	1,74	0,34	0,69	0,01	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-
7109101	Carne bovina	60,00	4,60	5,61	0,51	0,35	0,13	0,54	0,85	-	-
7109101	Carne bovina	66,83	6,12	6,24	0,60	0,42	0,15	0,64	1,03	-	-
7109101	Carne bovina	80,74	7,11	7,56	0,69	0,49	0,17	0,77	0,00	-	-
7109101	Carne bovina	80,74	7,11	7,56	0,69	0,49	0,17	0,77	0,00	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-
7109101	Carne bovina	7,86	0,68	0,79	0,09	0,07	0,02	0,08	0,24	-	-
7109101	Carne bovina	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	92,00	8,24	10,30	5,13	4,57	0,44	0,07	-	-	-
7110601	Lombo não especificado	92,00	7,36	9,02	1,89	1,71	0,06	0,04	-	-	-
7110801	Músculo não especificado	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-
7110801	Músculo não especificado	90,00	2,12	2,58	1,70	1,48	0,19	0,24	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7110902	Ossada não especificada	109,00	2,31	2,16	0,43	0,32	0,04	0,10	-	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	109,00	2,71	2,74	1,91	1,63	0,21	0,11	-	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	109,00	2,31	2,16	0,43	0,32	0,04	0,10	-	-	-	-
7110902	Ossada não especificada	109,00	2,31	2,16	0,43	0,32	0,04	0,10	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	6,15	7,59	2,11	1,74	0,34	0,69	0,01	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7111202	Carne de segunda	60,00	4,60	5,61	0,51	0,35	0,13	0,54	0,85	-	-	-
7111202	Carne de segunda	80,74	7,11	7,56	0,69	0,49	0,17	0,77	0,00	-	-	-
7111202	Carne de segunda	75,00	6,14	7,59	2,09	1,72	0,34	0,69	-	-	-	-
7111401	Contrafilé orgânico	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-	-
7111405	Bisteca orgânica	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7111405	Bisteca orgânica	94,00	17,80	18,88	1,53	0,98	0,50	1,91	-	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	90,00	2,60	3,28	3,46	3,03	0,40	0,26	-	-	-	-
7111806	Tatu (lagarto redondo) orgânico	90,00	1,72	2,00	0,22	0,17	0,02	0,23	-	-	-	-
Pescados e frutos do mar												
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	54,40	0,30	0,23	0,53	0,03	0,01	-	0,85	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,33	2,32	1,30	1,06	0,45	0,09	0,11	0,39	-	-	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,33	2,32	1,30	1,06	0,45	0,09	0,11	0,39	-	-	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,29	0,20	0,44	0,02	0,01	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,29	0,20	0,44	0,02	0,01	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,29	0,20	0,44	0,02	0,01	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,29	0,20	0,44	0,02	0,01	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,66	0,79	1,92	1,33	0,19	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,66	0,80	1,94	1,35	0,19	0,02	0,01	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,66	0,79	1,92	1,33	0,19	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	156,00	0,24	0,16	0,37	0,03	0,01	0,02	0,85	-	-	-
7260101	Camarão	169,93	2,26	1,24	0,89	0,46	0,09	0,13	0,39	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,66	0,79	1,92	1,33	0,19	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,66	0,79	1,92	1,33	0,19	0,02	-	-	-	-
7260101	Camarão	195,00	0,29	0,20	0,44	0,02	0,01	0,02	-	-	-	-
7261101	Siri	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7261101	Siri	100,00	0,64	0,87	2,18	1,35	0,20	0,01	0,01	-	-	-
7261101	Siri	100,00	0,60	0,88	2,16	1,34	0,20	-	-	-	-	-
7261120	Bau (siri)	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7261121	Goiá	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7262101	Caranguejo	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7262105	Guaiamu	100,00	0,23	0,28	0,68	0,03	0,02	-	-	-	-	-
7263101	Marisco	67,00	0,19	0,17	0,55	0,03	0,01	-	-	-	-	-
7263101	Marisco	67,00	0,59	0,76	2,03	1,34	0,18	0,01	-	-	-	-
7263101	Marisco	53,60	0,16	0,14	0,46	0,04	0,01	-	0,85	-	-	-
7263101	Marisco	67,00	0,19	0,17	0,55	0,03	0,01	-	-	-	-	-
7264101	Ostra	105,00	1,54	0,63	1,94	0,12	0,10	-	-	-	-	-
7265101	Lula	267,00	0,83	0,69	1,98	1,33	0,19	0,01	0,01	-	-	-
7266101	Sururu	67,00	0,19	0,17	0,55	0,03	0,01	-	-	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7266101	Suru	13	Ensojado	67,00	0,59	0,76	2,03	1,34	0,18	0,01	-
7270401	Bacalhau	2	Cozido(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7270401	Bacalhau	4	Assado(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7270401	Bacalhau	5	Frito(a)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7270401	Bacalhau	6	Empanado(a)/à milanesa	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01
7270401	Bacalhau	7	Refogado(a)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7270401	Bacalhau	8	Molho vermelho	54,40	0,30	0,23	0,53	0,03	0,01	-	0,85
7270401	Bacalhau	13	Ensojado	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7270401	Bacalhau	99	Não se aplica	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	4	Assado(a)	479,00	1,87	2,13	3,40	0,04	0,01	-	-
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	5	Frito(a)	479,00	2,27	2,71	4,88	1,34	0,18	0,01	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1	Cru(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	Cozido(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4	Assado(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5	Frito(a)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6	Empanado(a)/à milanesa	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	7	Refogado(a)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8	Molho vermelho	54,40	0,30	0,23	0,53	0,03	0,01	-	0,85
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9	Molho branco	61,23	1,82	0,86	0,63	0,10	0,04	0,10	1,03
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13	Ensojado	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	99	Não se aplica	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	Cozido(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4	Assado(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5	Frito(a)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6	Empanado(a)/à milanesa	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8	Molho vermelho	54,40	0,30	0,23	0,53	0,03	0,01	-	0,85
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13	Ensojado	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-
7444101	Tracajá	2	Cozido(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1	Cru(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	Cozido(a)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	54,40	0,30	0,23	0,53	0,03	0,01	-	0,85	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,33	2,32	1,30	1,06	0,45	0,09	0,11	0,39	-	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,36	0,28	0,65	0,01	0,02	-	-	-	-
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,73	0,87	2,13	1,32	0,19	-	-	-	-
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	68,00	0,74	0,88	2,15	1,34	0,19	-	0,01	-	-
Enlatados e conservas											
7700101	Azeitona	-	2,03	11,31	1,31	1,22	0,09	-	-	-	-
7700201	Ervilha em conserva	-	0,06	0,03	0,16	0,13	0,03	-	4,16	-	-
7700202	Petit-pois	-	0,06	0,03	0,16	0,13	0,03	-	4,16	-	-
7700401	Milho verde em conserva	-	0,17	0,23	0,45	0,41	0,02	-	3,04	-	-
7700501	Palmito em conserva	-	0,13	0,10	0,20	0,18	0,02	-	-	-	-
7700601	Cogumelo em conserva	-	0,49	0,67	1,80	1,60	0,20	0,02	1,44	-	-
7700602	Champignon em conserva	-	0,49	0,67	1,80	1,60	0,20	0,02	1,44	-	-
7700701	Aspargo em conserva	-	0,15	0,02	0,28	0,27	0,02	-	1,10	-	-
7700901	Repolho em conserva	-	0,03	0,01	0,07	0,03	0,03	-	0,18	-	-
7700902	Chucrute	-	0,03	0,01	0,07	0,03	0,03	-	0,18	-	-
7701101	Legume não especificado em conserva	-	0,05	0,01	0,12	0,10	0,01	-	3,20	-	-
7701404	Creme de cebola (sopa desidratada)	5,95	0,79	0,84	0,69	0,66	0,03	0,29	2,67	-	-
7701405	Creme de legumes (sopa desidratada)	-	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	-	0,37	-	-
7701406	Yakissoba	-	4,38	7,69	17,33	15,35	1,98	-	1,53	-	-
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	0,08	0,11	0,23	0,21	0,02	-	3,85	-	-
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	0,08	0,11	0,23	0,21	0,02	-	3,85	-	-
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	0,08	0,11	0,23	0,21	0,02	-	3,85	-	-
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	0,08	0,11	0,23	0,21	0,02	-	3,85	-	-
7701901	Feijoadá	16,27	2,49	3,05	1,66	1,40	0,23	0,07	2,67	0,46	-
7702001	Feijão branco com dobradinha em conserva	78,48	1,77	2,28	1,06	0,89	0,10	0,11	0,54	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7702101	Cozido	12,75	1,30	1,67	0,41	0,35	0,05	0,08	1,16	0,02		
7702302	Pasta de carne em conserva	39,86	4,48	5,83	4,96	4,38	0,53	0,26	8,54	12,12		
7702402	Pasta de presunto em conserva	67,32	7,26	9,52	2,80	2,45	0,14	0,16	1,80	1,80		
7702502	Pasta de galinha em conserva	52,35	3,89	6,36	3,08	2,79	0,15	0,72	0,66	-		
7702601	Carne bovina em conserva	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-		
7702602	Almôndega	103,27	3,48	3,64	0,68	0,57	0,06	0,46	2,24	1,55		
7702603	Kitute bovino	75,00	5,74	7,00	0,61	0,42	0,16	0,68	-	-		
7702604	Almôndega ao molho em conserva	81,81	4,03	4,67	0,60	0,51	0,05	0,58	2,67	1,21		
7702704	Kitute suíno	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702705	Presuntada	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702707	Fiambre	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702707	Fiambre	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702707	Fiambre	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702707	Fiambre	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-		
7702801	Salsicha em conserva	46,45	8,28	11,14	4,53	4,15	0,20	0,29	0,21	0,17		
7703002	Sardinha em conserva	142,00	1,53	3,87	5,15	3,54	0,50	-	-	-		
7703402	Atum em conserva	18,00	1,53	2,95	2,89	2,68	0,07	-	-	-		
7703701	Pepino em conserva	-	0,04	0,00	0,06	0,02	0,03	-	1,31	-		
7703902	Pasta de peixe em conserva	18,00	1,53	2,95	2,89	2,68	0,07	-	-	-		
7704001	Picles	-	0,04	0,00	0,06	0,02	0,03	-	1,31	-		
7705201	Nabo em conserva	-	0,02	0,07	0,06	0,02	0,04	-	8,56	3,97		
7705401	Stroganoff	33,44	3,81	2,98	1,53	1,29	0,23	0,29	1,60	0,38		
7706001	Salmão em conserva	82,00	0,85	0,89	1,35	0,07	0,06	-	-	-		
7706104	Creme de cebola (sopa desidratada) /light	5,95	0,79	0,84	0,69	0,66	0,03	0,29	2,67	-		
7706105	Creme de legumes (sopa desidratada) /light	-	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	-	0,37	-		
7706106	Yakissoba (sopa de legumes desidratada) /light	-	0,09	0,07	0,16	0,15	0,01	-	0,35	-		
7706302	Atum em conserva /light	30,00	0,23	0,16	0,34	0,01	0,00	-	-	-		
Aves e ovos												
7800103	Frango inteiro	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-		
7800103	Frango inteiro	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-		
7800103	Frango inteiro	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-		
7800103	Frango inteiro	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-		
7800103	Frango inteiro	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-		

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7800103	Frango inteiro	88,00	4,20	5,93	4,47	3,89	0,29	0,46	0,01	-	-
7800103	Frango inteiro	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800103	Frango inteiro	70,40	3,04	4,28	2,39	2,07	0,09	0,36	0,85	-	-
7800103	Frango inteiro	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	4,20	5,93	4,47	3,89	0,29	0,46	0,01	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	70,40	3,04	4,28	2,39	2,07	0,09	0,36	0,85	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	4,20	5,93	4,47	3,89	0,29	0,46	0,01	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	70,40	3,04	4,28	2,39	2,07	0,09	0,36	0,85	-	-
7800302	Frango em pedaços	72,35	3,74	4,93	3,68	3,20	0,25	0,39	1,03	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	90,74	2,64	2,10	1,06	0,81	0,05	0,18	0,00	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800302	Frango em pedaços	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-	-
7800302	Frango em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	4,20	5,93	4,47	3,89	0,29	0,46	0,01	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)							
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
7800303	Galinha em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-
7800303	Galinha em pedaços	70,40	3,04	4,28	2,39	2,07	0,09	0,36	0,85	-
7800303	Galinha em pedaços	72,35	3,74	4,93	3,68	3,20	0,25	0,39	1,03	-
7800303	Galinha em pedaços	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	4,20	5,93	4,47	3,89	0,29	0,46	0,01	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800304	Carne de galinha	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-
7800304	Carne de galinha	72,35	3,74	4,93	3,68	3,20	0,25	0,39	1,03	-
7800304	Carne de galinha	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-
7800304	Carne de galinha	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-
7800304	Carne de galinha	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	68,00	1,02	1,24	0,80	0,61	0,03	0,07	0,85	-
7800401	Peito de galinha ou frango	74,83	2,55	1,87	0,90	0,68	0,05	0,17	1,03	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-
7800401	Peito de galinha ou frango	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-
7800401	Peito de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800402	Filé de frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800402	Filé de frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800402	Filé de frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800402	Filé de frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-
7800402	Filé de frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7800402	Filé de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	
7800402	Filé de frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800402	Filé de frango	68,00	1,02	1,24	0,80	0,61	0,03	0,07	0,85	-	-	
7800402	Filé de frango	74,83	2,55	1,87	0,90	0,68	0,05	0,17	1,03	-	-	
7800402	Filé de frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800402	Filé de frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800402	Filé de frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-	-	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-	-	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-	-	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,85	8,22	5,62	4,88	0,32	0,40	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,86	8,23	5,64	4,89	0,33	0,40	0,01	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,85	8,22	5,62	4,88	0,32	0,40	-	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	67,20	4,37	6,12	3,33	2,87	0,12	0,31	0,85	-	-	
7800701	Asa de galinha ou frango	84,00	5,85	8,22	5,62	4,88	0,32	0,40	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,28	3,04	2,91	2,43	0,12	0,23	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,28	3,04	2,91	2,43	0,12	0,23	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,28	3,04	2,91	2,43	0,12	0,23	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,28	3,04	2,91	2,43	0,12	0,23	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,68	3,62	4,39	3,74	0,29	0,24	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	82,00	3,68	3,62	4,39	3,74	0,29	0,24	-	-	-	
7800702	Drumete de galinha ou frango	65,60	2,63	2,44	2,34	1,96	0,10	0,18	0,85	-	-	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	88,00	5,82	8,29	4,62	4,04	0,18	0,45	-	-	-	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	88,00	5,82	8,29	4,62	4,04	0,18	0,45	-	-	-	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	88,00	6,22	8,87	6,10	5,35	0,35	0,47	-	-	-	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	88,00	6,22	8,87	6,10	5,35	0,35	0,47	-	-	-	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	77,23	6,19	7,27	3,81	3,32	0,17	0,46	1,03	-	-	
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	3,92	5,50	2,98	2,57	0,11	0,29	-	-	-	

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	3,92	5,50	2,98	2,57	0,11	0,29	-	-	-
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	3,92	5,50	2,98	2,57	0,11	0,29	-	-	-
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	4,32	6,08	4,46	3,88	0,28	0,30	-	-	-
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	4,32	6,08	4,46	3,88	0,28	0,30	-	-	-
7800901	Pé de galinha ou frango	67,20	3,14	4,41	2,40	2,07	0,09	0,23	0,85	-	-
7800901	Pé de galinha ou frango	84,00	4,32	6,08	4,46	3,88	0,28	0,30	-	-	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	563,00	2,06	1,42	1,99	0,72	-	0,09	-	-	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	563,00	2,06	1,42	1,99	0,72	-	0,09	-	-	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	563,00	2,46	2,00	3,47	2,03	0,17	0,10	-	-	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	450,40	1,65	1,14	1,61	0,59	0,00	0,07	0,85	-	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	370,00	0,67	0,53	0,35	0,22	0,01	0,13	-	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	370,00	0,67	0,53	0,35	0,22	0,01	0,13	-	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	370,00	1,07	1,11	1,83	1,53	0,18	0,14	-	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	370,00	1,07	1,11	1,83	1,53	0,18	0,14	-	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	296,00	0,54	0,43	0,30	0,19	0,01	0,10	0,85	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	302,83	2,07	1,06	0,40	0,27	0,03	0,20	1,03	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	370,00	1,07	1,11	1,83	1,53	0,18	0,14	-	-	-
7801101	Moela de galinha ou frango	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-	-
7801202	Coração de frango	242,00	2,26	2,01	2,30	1,62	0,06	-	-	-	-
7801202	Coração de frango	242,00	2,26	2,01	2,30	1,62	0,06	-	-	-	-
7801202	Coração de frango	242,00	2,26	2,01	2,30	1,62	0,06	-	-	-	-
7801202	Coração de frango	242,00	2,66	2,59	3,78	2,93	0,23	0,01	-	-	-
7801202	Coração de frango	242,00	2,26	2,01	2,30	1,62	0,06	-	-	-	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	563,00	2,06	1,42	1,99	0,72	-	0,09	-	-	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	563,00	2,06	1,42	1,99	0,72	-	0,09	-	-	-
7801301	Fígado de galinha ou frango	563,00	2,46	2,00	3,47	2,03	0,17	0,10	-	-	-
7801407	Canja	3,19	0,31	0,45	0,23	0,21	0,01	0,02	0,11	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	78,00	3,04	3,48	2,52	2,13	0,10	0,22	-	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	78,00	3,04	3,48	2,52	2,13	0,10	0,22	-	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	78,00	3,44	4,06	4,00	3,44	0,27	0,23	-	-	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	78,00	3,44	4,06	4,00	3,44	0,27	0,23	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7801801	Peito de peru	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,78	0,79	1,79	1,52	0,18	0,03	-	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,78	0,79	1,79	1,52	0,18	0,03	-	-	-	-
7801801	Peito de peru	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7802101	Asa de peru	81,00	3,39	4,66	2,94	2,49	0,16	0,25	-	-	-	-
7802101	Asa de peru	81,00	3,39	4,66	2,94	2,49	0,16	0,25	-	-	-	-
7802701	Chester	78,00	3,04	3,48	2,52	2,13	0,10	0,22	-	-	-	-
7802701	Chester	78,00	3,04	3,48	2,52	2,13	0,10	0,22	-	-	-	-
7802701	Chester	78,00	3,04	3,48	2,52	2,13	0,10	0,22	-	-	-	-
7802702	Tender	59,00	3,12	4,44	1,41	1,17	0,24	0,03	-	-	-	-
7802801	Nambu	116,00	3,74	5,46	2,73	2,32	0,10	0,26	-	-	-	-
7802901	Nuggets de frango	39,84	3,62	7,43	2,57	2,34	0,14	3,01	0,14	-	-	-
7802901	Nuggets de frango	39,84	3,62	7,43	2,57	2,34	0,14	3,01	0,14	-	-	-
7802901	Nuggets de frango	39,84	3,62	7,43	2,57	2,34	0,14	3,01	0,14	-	-	-
7802901	Nuggets de frango	39,84	3,62	7,43	2,57	2,34	0,14	3,01	0,14	-	-	-
7802902	Steak de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-
7802902	Steak de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-
7802902	Steak de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-
7802902	Steak de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-
7802902	Steak de frango	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-
7803001	Codorna	89,00	3,92	6,21	3,02	2,36	0,30	0,28	-	-	-	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	84,00	5,45	7,64	4,14	3,57	0,15	0,39	-	-	-	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	84,00	5,85	8,22	5,62	4,88	0,32	0,40	-	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	460,87	4,51	5,83	5,07	4,41	0,45	0,03	1,33	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	460,87	4,51	5,83	5,07	4,41	0,45	0,03	1,33	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	474,57	6,83	5,77	1,73	1,47	0,06	0,21	1,33	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803301	Ovo de galinha	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803501	Ovo de codorna	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803501	Ovo de codorna	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803501	Ovo de codorna	460,87	4,51	5,83	5,07	4,41	0,45	0,03	1,33	-	-	-
7803501	Ovo de codorna	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803501	Ovo de codorna	424,00	3,27	4,08	1,41	1,19	0,04	-	1,22	-	-	-
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	89,00	3,52	5,63	1,54	1,06	0,13	0,26	-	-	-	-
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	89,00	3,52	5,63	1,54	1,06	0,13	0,26	-	-	-	-
7803703	Capote	89,00	3,52	5,63	1,54	1,06	0,13	0,26	-	-	-	-
7803703	Capote	89,00	3,52	5,63	1,54	1,06	0,13	0,26	-	-	-	-
7803703	Capote	89,00	3,92	6,21	3,02	2,36	0,30	0,28	-	-	-	-
7803707	Mutum	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-	-
7803907	Pato em pedaços	74,00	2,80	3,92	2,12	1,83	0,08	0,20	-	-	-	-
7803907	Pato em pedaços	74,00	2,80	3,92	2,12	1,83	0,08	0,20	-	-	-	-
7803908	Peito de pato	74,00	3,20	4,50	3,60	3,14	0,25	0,21	-	-	-	-
7803913	Carne de pato	74,00	2,80	3,92	2,12	1,83	0,08	0,20	-	-	-	-
7803913	Carne de pato	74,00	2,80	3,92	2,12	1,83	0,08	0,20	-	-	-	-
7803913	Carne de pato	74,00	3,20	4,50	3,60	3,14	0,25	0,21	-	-	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	86,00	0,38	0,21	0,31	0,21	0,01	0,02	-	-	-	-
7805501	Frango inteiro orgânico	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-	-
7805501	Frango inteiro orgânico	88,00	3,79	5,34	2,97	2,57	0,11	0,45	-	-	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	85,00	1,27	1,54	0,98	0,74	0,04	0,09	-	-	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	85,00	1,67	2,12	2,46	2,05	0,21	0,10	-	-	-	-
7805702	Filé de frango orgânico	85,00	1,68	2,13	2,48	2,06	0,22	0,10	0,01	-	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		(continuação)								
Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	
Laticínios										
7900101	Leite de vaca integral	10,00	1,87	0,81	0,20	0,12	0,08	0,12	5,26	-
7900201	Leite de vaca fresco	10,00	1,87	0,81	0,20	0,12	0,08	0,12	5,26	-
7900301	Leite de cabra	11,01	2,67	1,11	0,15	0,11	0,04	0,09	4,45	-
7900601	Leite em pó integral	80,00	14,92	6,50	1,56	0,96	0,60	0,93	42,08	-
7900710	Leite em pó desnatado	18,00	0,47	0,19	0,03	0,02	0,01	0,03	50,51	-
7900801	Leite em pó	80,00	14,92	6,50	1,56	0,96	0,60	0,93	42,08	-
7900901	Leite condensado	33,86	5,46	2,42	0,34	0,22	0,12	0,31	52,51	43,02
7900903	Leite beijinho	33,86	5,46	2,42	0,34	0,22	0,12	0,31	52,51	43,02
7901001	Crema de leite	111,00	19,34	9,09	0,88	0,62	0,27	1,10	2,80	-
7901101	Chanfily	88,14	15,36	7,22	0,71	0,50	0,21	0,87	11,90	9,93
7901201	iogurte de qualquer sabor	10,59	1,98	0,86	0,22	0,13	0,08	0,12	13,06	7,06
7901203	iogurte desnatado	2,00	0,12	0,05	0,01	0,00	0,00	-	5,61	-
7901204	iogurte natural	13,00	2,10	0,89	0,09	0,07	0,03	0,07	3,39	-
7901301	Yakult de qualquer sabor	1,80	0,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	14,57	10,00
7901303	Bebida láctea	4,04	0,70	0,30	0,05	0,04	0,02	0,03	16,75	13,57
7901304	Leite fermentado	8,04	1,26	0,56	0,07	0,06	0,01	0,09	5,09	-
7901401	Coalhada	13,00	2,10	0,89	0,09	0,07	0,03	0,07	3,39	-
7901501	Manteiga com ou sem sal	215,00	51,37	21,02	3,04	2,73	0,32	3,28	0,10	-
7901505	Manteiga de garrafa	215,00	51,37	21,02	3,04	2,73	0,32	3,28	0,10	-
7901602	Margarina com ou sem sal	-	16,70	39,30	20,90	19,40	1,50	25,84	0,90	-
7901701	Queijo prato	54,00	12,67	5,73	0,63	0,45	0,18	0,41	0,78	-
7901703	Queijo colonial	54,00	12,67	5,73	0,63	0,45	0,18	0,41	0,78	-
7901705	Queijo de colônia	54,00	12,67	5,73	0,63	0,45	0,18	0,41	0,78	-
7901801	Queijo muçarela	89,00	15,56	7,03	0,78	0,57	0,21	0,59	2,47	-
7901803	Muçarela	89,00	15,56	7,03	0,78	0,57	0,21	0,59	2,47	-
7901807	Muçarela de búfala	89,00	15,56	7,03	0,78	0,57	0,21	0,59	2,47	-
7901809	Queijo de búfala	89,00	15,56	7,03	0,78	0,57	0,21	0,59	2,47	-
7901901	Queijo de reino	114,00	17,61	7,75	0,66	0,26	0,39	0,66	2,22	-
7902001	Queijo de minas	53,00	8,85	4,13	0,41	0,27	0,15	0,78	10,60	-
7902003	Queijo de manteiga	89,00	15,56	7,03	0,78	0,57	0,21	0,59	2,47	-
7902004	Quechimia	53,00	8,85	4,13	0,41	0,27	0,15	0,78	10,60	-
7902005	Queijo de coalho	89,00	19,07	8,75	0,90	0,64	0,26	0,73	0,68	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Coles-terol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Lino-léico (g)	AG Linoléico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)		
7902008	Queijo canastra	99	Não se aplica	53,00	8,85	4,13	0,41	0,27	0,15	0,78	10,60	-
7902201	Queijo ricota	99	Não se aplica	51,00	8,30	3,63	0,39	0,27	0,11	0,39	2,08	-
7902301	Leite de soja com sabor	99	Não se aplica	-	0,24	0,36	0,93	0,82	0,11	-	3,79	7,24
7902303	Ades original	99	Não se aplica	-	0,21	0,40	0,96	0,58	0,08	-	3,20	4,09
7902403	Queijo ralado	99	Não se aplica	88,00	17,30	8,38	1,17	0,94	0,19	0,72	0,90	-
7902501	Queijo provolone	99	Não se aplica	69,00	17,08	7,39	0,77	0,49	0,28	0,64	2,14	-
7902801	Queijo polenguinho	99	Não se aplica	110,00	21,97	9,84	1,27	0,77	0,49	1,04	1,70	-
7902901	Requeijão	99	Não se aplica	56,00	11,09	4,97	0,64	0,39	0,25	0,50	7,00	-
7902902	Queijo cremoso	99	Não se aplica	56,00	11,09	4,97	0,64	0,39	0,25	0,50	7,00	-
7903001	Queijo não especificado	99	Não se aplica	94,00	19,69	8,95	0,99	0,61	0,38	0,76	1,29	-
7903101	Leite com sabor	99	Não se aplica	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09
7903102	Leite achocolatado	99	Não se aplica	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09
7903109	Leite afofmatizado	99	Não se aplica	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09
7903110	Bebida achocolatada	99	Não se aplica	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09
7903201	Nata	99	Não se aplica	66,00	12,02	5,58	0,72	0,44	0,28	0,69	3,70	-
7903301	Queijo gorgonzola	99	Não se aplica	75,00	18,67	7,78	0,80	0,54	0,26	0,69	2,34	-
7903402	Tofu	99	Não se aplica	-	0,53	0,81	2,08	1,84	0,25	-	0,20	-
7903501	Leite de soja em pó	99	Não se aplica	-	1,91	2,32	7,46	6,57	0,88	-	15,99	23,42
7903601	Leite de vaca desnatado	99	Não se aplica	2,01	0,05	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	5,11	-
7903702	Leite de vaca semidesnatado	99	Não se aplica	5,00	0,63	0,28	0,04	0,03	0,00	0,04	5,20	-
7903801	Leite não especificado pasteurizado	99	Não se aplica	10,00	1,87	0,81	0,20	0,12	0,08	0,12	5,26	-
7903901	logurte de qualquer sabor <i>light</i>	99	Não se aplica	4,00	0,70	0,30	0,03	0,02	0,01	0,03	16,41	13,00
7904001	logurte de qualquer sabor <i>diet</i>	99	Não se aplica	10,29	1,65	0,78	0,08	0,06	0,03	0,09	2,91	-
7904201	Margarina <i>light</i>	99	Não se aplica	-	7,64	17,48	2,17	2,12	0,06	3,54	0,32	-
7904301	Leite de vaca integral orgânico	99	Não se aplica	10,00	1,87	0,81	0,20	0,12	0,08	0,12	5,26	-
7904401	Leite de vaca fresco orgânico	99	Não se aplica	10,00	1,87	0,81	0,20	0,12	0,08	0,12	5,26	-
7904601	Leite semidesnatado de vaca orgânico	99	Não se aplica	5,00	0,63	0,28	0,04	0,03	0,00	0,04	5,20	-
7904701	Crema de leite orgânico	99	Não se aplica	111,00	19,34	9,09	0,88	0,62	0,27	1,10	2,80	-
7904801	logurte de qualquer sabor orgânico	99	Não se aplica	10,59	1,98	0,86	0,22	0,13	0,08	0,12	13,06	7,06
7904803	logurte de qualquer sabor desnatado orgânico	99	Não se aplica	2,00	0,12	0,05	0,02	0,01	0,01	0,01	18,54	11,78
7904804	logurte natural de qualquer sabor orgânico	99	Não se aplica	13,00	2,10	0,89	0,09	0,07	0,03	0,07	3,39	-
7905103	Muçarela <i>light</i>	99	Não se aplica	54,00	12,67	5,73	0,63	0,45	0,18	0,41	0,78	-
7905104	Queijo muçarela <i>light</i>	99	Não se aplica	54,00	12,67	5,73	0,63	0,45	0,18	0,41	0,78	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolénico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
8001101	Pão de milho	62,83	2,96	5,28	1,37	1,27	0,08	0,83	15,48	12,11
8001401	Pão integral	-	0,75	1,60	0,60	0,57	0,03	0,60	10,08	6,76
8001501	Pão não especificado	-	1,00	0,90	0,70	0,70	0,04	0,37	-	-
8001901	Torrada de qualquer pão	-	0,90	0,80	1,00	0,99	0,05	0,45	-	-
8002001	Rosca doce	31,95	8,06	7,72	2,84	2,65	0,17	3,55	31,83	31,54
8002002	Rosquinha doce	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002101	Rosca salgada	47,30	5,24	3,11	0,70	0,60	0,08	0,20	1,52	0,66
8002106	Rosquinha salgada	-	4,40	4,60	2,90	2,79	0,01	1,80	10,64	10,58
8002201	Biscoito salgado	-	4,40	4,60	2,90	2,79	0,01	1,80	10,64	10,58
8002205	Presuntinho biscoito	0,09	5,40	8,85	9,82	9,18	0,63	0,76	0,32	-
8002212	Biscoito de polvilho	150,27	4,65	19,92	3,17	2,89	0,21	0,04	0,43	-
8002225	Bolacha salgada	-	4,40	4,60	2,90	2,79	0,01	1,80	10,64	10,58
8002227	Chips (salgadinhos)	-	5,46	7,99	20,15	17,82	2,32	0,18	1,17	-
8002230	Baconzitos	0,09	5,40	8,85	9,82	9,18	0,63	0,76	0,32	-
8002236	Biscoito salgado integral	-	2,54	3,50	9,03	8,01	1,02	0,08	0,50	-
8002301	Biscoito doce	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002302	Cavaco chinês	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002305	Sequillo	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002306	Tareço	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002309	Solda	-	4,40	4,60	2,90	2,79	0,01	1,80	10,64	10,58
8002315	Brevidade	100,29	2,74	6,61	4,29	3,94	0,30	1,91	30,11	29,72
8002334	Bolacha doce	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002335	Maria maluca (bolacha doce)	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002405	Quebra-quebra	-	3,90	3,70	2,20	2,13	0,10	1,58	36,52	36,53
8002502	Rocambole	194,01	15,90	7,70	1,27	1,06	0,16	0,91	4,95	3,57
8002503	Cuca de qualquer tipo	44,09	7,88	3,53	0,66	0,60	0,05	0,42	26,57	26,19
8002601	Bolo de milho	82,00	4,50	3,90	1,50	1,34	0,08	1,99	8,27	5,68
8002604	Amidomil (bolinho)	82,00	4,50	3,90	1,50	1,34	0,08	1,99	8,27	5,68
8002605	Angusor de milho	82,00	4,50	3,90	1,50	1,34	0,08	1,99	8,27	5,68
8002609	Grustoi (bolinho doce)	40,10	4,57	9,55	3,51	3,28	0,21	4,47	26,61	26,00
8002701	Bolo de aipim	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8002702	Bolo de tapioca	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8002703	Bolo de macaxeira	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolénico (g)	AG Trans total (g)	(continuação)	
									Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
8002704	Bolo de goma	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8002801	Bolo de batata-doce	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8002901	Bolo de arroz	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8003101	Bolo de cará	73,00	5,00	3,90	1,10	1,00	0,06	1,99	17,62	15,81
8003501	Tortas doces de qualquer sabor	3,76	1,79	2,63	0,61	0,55	0,06	1,06	7,47	5,55
8003601	Tortas salgadas de qualquer sabor	23,27	5,19	3,27	0,43	0,35	0,08	0,42	27,12	14,31
8003701	Sonho	45,63	4,48	8,56	3,30	3,09	0,19	3,47	21,09	19,63
8003702	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos)	40,10	4,57	9,55	3,51	3,28	0,21	4,47	26,61	26,00
8003801	Bolo de chocolate	209,07	1,98	2,22	0,80	0,68	0,02	-	40,39	39,44
8003902	Brioche	99,04	4,92	5,54	2,67	2,49	0,13	1,20	8,24	7,14
8004001	Bolo de laranja	67,72	5,29	4,91	1,91	1,78	0,11	0,28	34,40	30,76
8004101	Bolo de coco	137,69	5,59	1,56	0,59	0,51	0,02	-	39,36	37,56
8004201	Bolo de cenoura	95,41	10,37	4,59	0,88	0,78	0,07	0,63	26,61	25,46
8004601	Bolo de trigo	160,65	1,27	1,57	0,62	0,53	0,02	-	39,84	37,88
8004701	Broa	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8004801	Biscoito recheado	-	6,20	6,60	1,70	1,68	0,06	4,21	40,62	40,53
8004807	Waffer (biscoito)	15,64	2,76	4,67	4,18	3,87	0,29	1,40	34,84	33,85
8004809	Alfajores (biscoito)	0,02	7,63	10,27	3,41	3,18	0,15	4,85	25,21	24,80
8004810	Bolacha recheada	-	6,20	6,60	1,70	1,68	0,06	4,21	40,62	40,53
8004813	Rosca recheada	78,21	15,89	7,55	1,12	1,01	0,09	0,60	74,97	75,63
8004814	Rosquinha recheada de qualquer sabor	-	6,20	6,60	1,70	1,68	0,06	4,21	40,62	40,53
8005201	Biscoito não especificado	-	4,40	4,60	2,90	2,79	0,01	1,80	10,64	10,58
8006101	Crepe	77,23	4,80	5,14	1,26	1,13	0,09	0,76	1,75	-
8006501	Pão diet (de forma industrializado)	-	0,34	0,25	0,97	0,92	0,05	-	4,11	3,82
8006601	Pão light (de forma industrializado)	-	0,34	0,25	0,97	0,92	0,05	-	4,11	3,82
8006701	Pão de queijo light	68,00	-	-	-	-	-	-	-	-
8006801	Pão integral light	-	0,34	0,25	0,97	0,92	0,05	-	4,11	3,82
8007001	Tortas doces de qualquer sabor light	3,76	1,79	2,63	0,61	0,55	0,06	1,06	7,84	5,92
8007101	Tortas salgadas de qualquer sabor diet	3,76	1,75	2,62	0,58	0,53	0,05	1,06	2,31	0,22
8007302	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) light	46,50	5,30	11,07	4,06	3,79	0,24	5,19	15,48	14,25
8007402	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) diet	46,50	5,30	11,07	4,06	3,79	0,24	5,19	15,48	14,25
8007501	Bolo de chocolate light	49,83	5,44	2,71	0,50	0,45	0,03	0,16	32,49	32,25
8007601	Bolo de chocolate diet	49,83	5,44	2,71	0,50	0,45	0,03	0,16	32,49	32,25

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
8007701	Bolo de laranja <i>light</i>	57,98	2,97	3,96	1,77	1,65	0,09	0,14	34,40	30,76		
8008001	Bolo de coco <i>diet</i>	49,83	5,44	2,71	0,50	0,45	0,03	0,16	32,49	32,25		
8008201	Bolo de cenoura <i>diet</i>	73,79	5,20	2,48	0,57	0,51	0,04	0,30	26,60	25,46		
8008301	Biscoito recheado <i>light</i>	-	4,09	6,27	2,38	1,83	0,55	0,05	41,18	41,04		
8008305	Biscoito waffer <i>light</i>	0,02	1,04	2,83	2,62	2,44	0,18	0,93	47,65	47,43		
8008307	Waffer (biscoito) <i>light</i>	0,02	1,04	2,83	2,62	2,44	0,18	0,93	47,65	47,43		
8008309	Alfajores (biscoito) <i>light</i>	-	4,09	6,27	2,38	1,83	0,55	0,05	41,18	41,04		
8008310	Bolacha recheada <i>light</i>	-	4,09	6,27	2,38	1,83	0,55	0,05	41,18	41,04		
8008401	Biscoito recheado <i>diet</i>	0,09	2,17	12,40	5,73	3,96	1,77	0,08	5,54	0,55		
8008408	Rosquinha recheada de qualquer sabor <i>diet</i>	0,09	2,17	12,40	5,73	3,96	1,77	0,08	5,54	0,55		
8008410	Bolacha recheada <i>diet</i>	0,09	2,17	12,40	5,73	3,96	1,77	0,08	5,54	0,55		
8010001	Pão doce <i>diet</i>	32,81	4,06	1,80	0,44	0,40	0,03	0,25	29,12	28,98		
8010029	Pão de mel <i>diet</i>	38,81	6,65	3,24	0,60	0,54	0,04	0,26	52,87	60,40		
8010034	Panetone <i>diet</i>	50,12	1,82	2,52	5,34	4,72	0,60	0,05	15,77	13,03		
8010101	Biscoito salgado <i>light</i>	-	2,17	2,96	7,89	6,98	0,91	0,07	10,30	11,37		
8010125	Bolacha salgada <i>light</i>	-	2,17	2,96	7,89	6,98	0,91	0,07	10,30	11,37		
8010127	Chips (salgadinhos) <i>light</i>	-	1,15	1,52	4,01	3,52	0,50	0,04	8,11	6,62		
8010401	Biscoito doce <i>light</i>	-	1,14	2,59	0,69	0,65	0,02	1,40	41,49	42,61		
8010434	Bolacha doce <i>light</i>	-	1,14	2,59	0,69	0,65	0,02	1,40	41,49	42,61		
8010501	Biscoito doce <i>diet</i>	0,09	5,32	12,95	2,36	2,20	0,07	7,09	3,99	-		
8010534	Bolacha doce <i>diet</i>	0,09	5,32	12,95	2,36	2,20	0,07	7,09	3,99	-		
8010601	Bolo de banana	56,72	5,31	2,41	0,53	0,47	0,05	0,32	31,79	26,64		
Carnes industrializadas												
8100101	Carne-seca	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		
8100101	Carne-seca	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		
8100101	Carne-seca	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		
8100101	Carne-seca	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-		
8100101	Carne-seca	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-		
8100101	Carne-seca	80,00	8,41	6,65	0,33	0,21	0,06	-	0,85	-		
8100101	Carne-seca	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-		
8100102	Carne de charque	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		
8100102	Carne de charque	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		
8100102	Carne de charque	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-		

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
8100102	Carne de charque	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100102	Carne de charque	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-	-
8100102	Carne de charque	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-	-
8100102	Carne de charque	80,00	8,41	6,65	0,33	0,21	0,06	-	0,85	-	-
8100102	Carne de charque	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-	-
8100103	Jabá	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100103	Jabá	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-	-
8100103	Jabá	94,00	10,80	9,16	3,82	3,27	0,48	0,03	-	-	-
8100103	Jabá	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100201	Carne de sol	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100202	Carne do sertão	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100202	Carne do sertão	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100202	Carne do sertão	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100202	Carne do sertão	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100202	Carne do sertão	100,00	10,50	8,30	0,40	0,24	0,08	0,93	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,78	5,26	1,88	1,60	0,23	0,71	-	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	68,80	3,51	3,75	0,33	0,25	0,04	0,55	0,85	-	-
8100502	Hambúrguer de carne bovina	86,00	4,38	4,68	0,40	0,30	0,05	0,69	-	-	-
8100802	Copa de porco defumada	62,00	5,44	7,65	3,26	2,93	0,33	0,06	-	-	-
8101005	Bacon	110,00	13,74	18,52	4,55	4,00	0,20	0,31	0,59	1,43	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	2,93	3,63	2,23	1,96	0,15	0,93	2,85	1,10	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	2,93	3,63	2,23	1,96	0,15	0,93	2,85	1,10	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	2,93	3,63	2,23	1,96	0,15	0,93	2,85	1,10	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	4,00	5,19	6,18	5,45	0,62	0,96	2,85	1,10	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	4,00	5,19	6,18	5,45	0,62	0,96	2,85	1,10	-
8101101	Hambúrguer de frango	44,34	2,93	3,63	2,23	1,96	0,15	0,93	2,85	1,10	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)									
8102101	Salsicha no varejo	1	Cru(a)	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	2	Cozido(a)	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	4	Assado(a)	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	5	Frito(a)	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	7	Refogado(a)	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	8	Molho vermelho	49,19	10,22	10,72	2,49	2,13	0,26	0,74	3,56	2,88								
8102101	Salsicha no varejo	9	Molho branco	56,80	10,37	13,75	3,14	2,78	0,26	2,02	1,92	2,16								
8102101	Salsicha no varejo	10	Ao alho e óleo	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	11	Com manteiga/óleo	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	13	Enspado	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102101	Salsicha no varejo	99	Não se aplica	52,95	10,86	12,60	2,98	2,55	0,29	0,80	3,15	3,61								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	1	Cru(a)	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	2	Cozido(a)	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	4	Assado(a)	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	5	Frito(a)	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	6	Empanado(a)/à milanesa	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	7	Refogado(a)	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	8	Molho vermelho	56,80	10,37	13,75	3,14	2,78	0,26	2,02	1,92	2,16								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	11	Com manteiga/óleo	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	13	Enspado	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	99	Não se aplica	71,00	12,96	17,18	3,90	3,46	0,32	2,52	1,34	2,70								
8102207	Linguiça de frango	1	Cru(a)	80,00	4,70	6,80	3,40	3,00	0,17	-	-	-								
8102207	Linguiça de frango	2	Cozido(a)	80,00	4,70	6,80	3,40	3,00	0,17	-	-	-								
8102207	Linguiça de frango	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	80,00	4,70	6,80	3,40	3,00	0,17	-	-	-								
8102207	Linguiça de frango	4	Assado(a)	80,00	4,70	6,80	3,40	3,00	0,17	-	-	-								
8102207	Linguiça de frango	5	Frito(a)	76,00	5,00	7,20	4,30	3,85	0,25	-	-	-								
8102401	Chouriço	99	Não se aplica	120,00	13,40	15,90	3,46	3,20	0,26	0,08	1,31	1,10								
8102402	Morceia	99	Não se aplica	120,00	13,40	15,90	3,46	3,20	0,26	0,08	1,31	1,10								
8102403	Morcilha	1	Cru(a)	120,00	13,40	15,90	3,46	3,20	0,26	0,08	1,31	1,10								
8102403	Morcilha	2	Cozido(a)	120,00	13,40	15,90	3,46	3,20	0,26	0,08	1,31	1,10								
8102501	Paio	2	Cozido(a)	84,00	9,13	12,38	3,73	3,29	0,14	0,11	0,14	-								

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
(continuação)											
8105501	Blanquet de peru <i>light</i>	99 Não se aplica	37,61	1,04	1,34	0,71	0,58	0,03	0,11	2,80	1,56
8105701	Hambúrguer não especificado <i>light</i>	99 Não se aplica	78,20	3,49	3,46	0,35	0,25	0,04	0,37	-	-
Bebidas não alcoólicas e infusões											
8200101	Refrigerante de cola tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,56	9,53
8200102	Coca-cola tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,56	9,53
8200202	Fanta laranja tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	12,03	12,30
8200208	Sukita tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	12,03	12,30
8200301	Refrigerante de guaraná tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,00	10,00
8200302	Guaraná tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,00	10,00
8200407	<i>Sprit</i> refrigerante tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14
8200505	Fanta uva tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	12,03	12,30
8200701	Refrigerante de cola <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8200702	Coca-cola <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8200801	Refrigerante de cola <i>diet</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8200902	Minuano tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14
8201104	Mate tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-
8201202	Bidu tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,00	10,00
8201502	Fanta laranja <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8201601	Refrigerante de guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8201602	Guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8201802	Tubaina tradicional	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,00	10,00
8201902	Tubaina <i>light</i>	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8202001	Caldo de cana	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	9,83	19,97
8202002	Garapá	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	9,83	19,97
8202101	Água de coco	99 Não se aplica	-	0,18	0,01	0,00	0,00	-	-	1,49	-
8202402	Q-suco	99 Não se aplica	-	0,00	-	-	-	-	-	3,81	3,81
8202403	Q-refresko	99 Não se aplica	-	0,00	-	-	-	-	-	3,81	3,81
8202602	Nescafé	99 Não se aplica	-	0,20	0,04	0,20	0,18	0,02	-	0,48	-
8202803	Erva-mate	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-
8202804	Chimarrão	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-
8202805	Tereré	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-
8203401	Levedo de cerveja	99 Não se aplica	-	0,20	0,72	0,00	0,00	-	-	13,54	1,00
8203501	Refrigerante não especificado	99 Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	10,56	9,53

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
8203603	Cevada em pó	-	0,24	0,15	0,56	0,51	0,06	-	1,30	-	-
8204503	Chocomilk	12,05	2,11	0,99	0,12	0,08	0,05	0,12	10,14	5,09	-
8204902	Água tônica tradicional	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14	-
8205201	Chá diet (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	0,34	0,36	-
8205402	Paraguai refrigerante tradicional	-	-	-	-	-	-	-	10,00	10,00	-
8205803	Gatorade	-	-	-	-	-	-	-	5,90	5,90	-
8205901	Bebida energética	-	-	-	-	-	-	-	10,14	10,14	-
8206301	Chá (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	-	-	-
8206402	Café solúvel <i>capuccino</i>	-	0,79	0,00	0,00	0,00	-	0,00	4,35	4,67	-
8207401	Refrigerante de guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207402	Guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207601	Refrigerante de limão <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207705	Fanta uva <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8208104	Mate <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-	-
8209002	Água tônica <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14	-
8209102	Paraguai refrigerante <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8211002	Q-suco <i>light</i>	-	0,00	-	-	-	-	-	3,81	3,81	-
8211003	Q-refresko <i>light</i>	-	0,00	-	-	-	-	-	3,81	3,81	-
8211102	Q-suco <i>diet</i>	-	0,00	-	-	-	-	-	3,81	3,81	-
8212401	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>light</i>	-	0,94	0,00	0,00	-	-	0,00	0,18	0,32	-
8212501	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>diet</i>	-	0,94	0,00	0,00	-	-	0,00	0,18	0,32	-
8212902	Água tônica <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14	-
8212906	Refrigerante de quinino dietético	-	-	-	-	-	-	-	9,07	10,14	-
8213003	Chá mate orgânico	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-	-
8213004	Chimarrão orgânico	-	-	-	-	-	-	-	0,06	-	-
8213601	Suco de clorofila	-	0,00	-	0,01	0,00	0,01	-	0,07	-	-
8273902	Café com farinha	-	0,05	0,06	0,00	0,02	0,01	-	-	-	-
Bebidas alcoólicas											
8300101	Cerveja (com ou sem álcool)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300201	Chopp	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300301	Aguardente	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300302	Cachaça	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300501	Batida de qualquer sabor	-	3,23	0,16	0,06	0,05	0,01	-	20,78	15,74	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)									
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)		
8300701	Rum	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300801	Vodka	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301001	Uisque	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301002	Whisky	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301201	Champanhe	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301202	Sidra champanhe	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,07	-
8301501	Martini	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,07	-
8301601	Conhaque	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,01	-
8301701	Drink dreher	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301901	Licor de qualquer sabor	-	-	-	-	-	-	-	-	-	28,27	-
8302409	Cajuína	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8302415	Vinho	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,02	-
8302416	Catuaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8302901	Coquetel de frutas	-	3,23	0,16	0,06	0,06	0,05	0,01	-	-	20,78	15,74
8303101	Caipirinha	-	0,01	0,00	0,02	0,02	0,02	0,01	-	-	32,08	36,21
8303501	Bebida alcoólica	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8303615	Vinho orgânico	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,02	-
8304301	Cerveja (com ou sem álcool) light	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8304502	Caxiri (aguardente de mandioca)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,09	-
Óleos e gorduras												
8400101	Azeite de oliva	-	13,87	73,28	10,57	9,80	0,76	0,16	-	-	-	-
8400301	Óleo de soja	-	15,57	22,67	57,46	50,71	6,76	0,53	-	-	-	-
8401801	Banha suína	95,00	39,20	45,10	11,20	10,20	1,00	1,08	-	-	-	-
8403001	Banha bovina	95,00	28,50	30,45	2,66	1,62	1,04	3,38	-	-	-	-
8403201	Óleo não especificado	-	15,57	22,67	57,46	50,71	6,76	0,53	-	-	-	-
8403501	Óleo de dendê	-	81,11	11,35	1,59	1,59	-	0,17	-	-	-	-
Miscelâneas												
8500201	Salgadinho	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-	-
8500202	Pastel (queijo, carne, palmito, etc.)	61,19	3,16	4,24	7,28	6,41	0,81	0,07	0,36	-	-	-
8500203	Croquete	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-	-
8500205	Coxinha	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-	-
8500206	Empada (queijo, carne, camarão, etc.)	17,32	2,71	3,11	1,59	1,46	0,09	0,73	1,22	-	-	-
8500207	Rissole (queijo, carne, camarão, etc.)	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
8500209	Acarajé	25,00	9,10	7,80	2,10	2,01	0,12	-	-	-	-
8500210	Torresmo	95,00	11,37	14,78	3,64	3,35	0,26	0,31	-	-	-
8500211	Quibe	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-
8500212	Abará (Bahia)	25,00	9,10	7,80	2,10	2,01	0,12	-	-	-	-
8500213	Paçoca de carne de sol	47,00	5,45	4,63	1,91	1,65	0,25	0,02	-	-	-
8500215	Angu frito	4,20	1,03	0,46	0,14	0,14	0,01	0,06	0,52	-	-
8500217	Angu de milho	-	0,03	0,05	0,08	0,08	0,00	-	0,52	-	-
8500218	Polenta	4,20	1,03	0,46	0,14	0,14	0,01	0,06	0,52	-	-
8500222	Esfirra	53,94	11,73	4,95	0,86	0,75	0,11	0,66	0,70	-	-
8500223	Esfirra de carne	67,24	12,01	6,61	0,88	0,77	0,08	0,97	0,13	-	-
8500224	Esfirra de queijo	53,94	11,73	4,95	0,86	0,75	0,11	0,66	0,70	-	-
8500225	Esfirra de ricota	41,37	9,42	3,93	0,74	0,67	0,08	0,58	0,47	-	-
8500226	Esfirra de frango	42,43	6,61	3,83	1,31	1,19	0,08	0,41	0,46	-	-
8500227	Enroladinho	107,65	4,61	5,49	5,37	4,72	0,59	0,43	2,68	1,82	-
8500228	Bolinho de aipim	15,92	2,91	3,76	5,60	4,94	0,65	0,16	2,75	-	-
8500232	Bolinho de bacalhau	74,80	2,48	3,48	6,02	5,18	0,66	0,63	0,68	-	-
8500302	Cachorro-quente	23,59	5,32	6,23	2,22	1,92	0,24	0,65	5,81	5,50	-
8500303	Hambúrguer (sanduíche)	23,71	3,29	3,54	1,41	1,20	0,20	0,69	6,24	4,77	-
8500304	Cheeseburger	31,98	5,22	4,17	1,36	1,13	0,22	0,70	5,65	4,21	-
8500305	Eggsburger	148,59	3,71	4,86	5,95	5,26	0,63	0,41	4,56	3,69	-
8500307	Bauru	35,15	4,48	4,18	3,75	3,27	0,48	0,30	2,31	1,80	-
8500308	Americano	127,50	3,96	4,01	5,17	4,53	0,59	0,29	2,25	1,27	-
8500313	Misto-quente ou frio	42,63	6,03	5,15	1,95	1,67	0,27	1,25	1,82	1,46	-
8500315	Sanduíche de queijo prato	32,11	8,11	5,71	2,35	2,05	0,30	2,11	3,09	2,49	-
8500316	Sanduíche de salame	22,66	3,98	5,68	2,83	2,57	0,21	1,88	3,16	3,19	-
8500317	Sanduíche de presunto	24,73	2,53	3,74	5,13	4,54	0,59	0,26	1,93	1,70	-
8500318	Sanduíche de queijo prato com presunto	42,63	6,03	5,15	1,95	1,67	0,27	1,25	1,82	1,46	-
8500319	Sanduíche de mortadela	25,62	5,38	7,02	2,87	2,58	0,27	2,05	3,47	4,76	-
8500320	Sanduíche de queijo minas	32,11	8,11	5,71	2,35	2,05	0,30	2,11	3,09	2,49	-
8500321	Cheese egg	31,98	5,22	4,17	1,36	1,13	0,22	0,70	5,65	4,21	-
8500322	Cheese tudo	31,98	5,22	4,17	1,36	1,13	0,22	0,70	5,65	4,21	-
8500323	Sanduíche natural	26,28	1,96	2,85	5,00	4,41	0,53	0,37	3,81	3,32	-
8500401	Suco	-	0,02	0,03	0,03	0,03	0,01	-	8,12	-	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolénico (g)	AG Trans total (g)	(continuação)	
									Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
8500402	Suco de abacaxi	-	0,01	0,01	0,04	0,02	0,02	-	10,03	-
8500403	Suco de acerola	-	0,07	0,08	0,09	0,05	0,04	-	4,41	-
8500404	Suco de beterraba	-	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	4,71	-
8500405	Suco de cupuaçu	-	0,20	0,10	0,05	0,02	0,05	-	-	-
8500406	Suco de goiaba	-	0,04	0,01	0,06	0,04	0,02	-	14,81	13,54
8500407	Suco de laranja	-	0,02	0,03	0,03	0,03	0,01	-	8,12	-
8500408	Suco de laranja com banana	-	0,04	0,03	0,05	0,03	0,01	-	9,69	-
8500409	Suco de laranja e beterraba	-	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	4,71	-
8500410	Suco de laranja e cenoura	-	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	4,71	-
8500411	Suco de laranja cenoura e beterraba	-	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	4,71	-
8500412	Suco de mamão	-	0,05	0,04	0,04	0,01	0,03	-	10,60	-
8500413	Suco de manga	-	0,01	0,02	0,01	0,00	0,01	-	12,42	9,43
8500414	Suco de maracujá	-	0,02	0,02	0,11	0,11	-	-	11,44	-
8500415	Suco de melão	-	0,02	0,04	0,05	0,05	-	-	6,58	-
8500416	Suco de morango	-	0,02	0,01	0,03	0,02	0,01	-	14,45	-
8500417	Suco de pêssego	-	0,00	0,01	0,01	0,01	-	-	13,24	9,30
8500418	Suco de pêssego em calda	-	0,00	0,01	0,01	0,01	-	-	13,24	9,30
8500501	Vitamina	6,87	1,31	0,57	0,15	0,09	0,06	0,08	14,36	7,83
8500503	Vitamina de banana	6,87	1,31	0,57	0,15	0,09	0,06	0,08	14,36	7,83
8500504	Vitamina de banana com aveia	6,47	1,29	0,64	0,27	0,21	0,06	0,08	13,59	7,38
8500505	Vitamina de mamão	7,12	1,34	0,59	0,15	0,09	0,06	0,08	12,43	7,67
8500506	Vitamina de abacate	6,87	1,75	1,88	0,53	0,46	0,07	0,08	12,02	7,83
8500507	Vitamina de morango	5,25	0,99	0,44	0,16	0,10	0,07	0,06	12,55	7,83
8500508	Vitamina mista	4,84	0,92	0,40	0,11	0,07	0,04	0,06	14,26	7,75
8500509	Vitamina de maçã	6,87	1,29	0,56	0,14	0,09	0,05	0,08	13,85	7,83
8500601	Refresco	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500602	Refresco de caju	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500603	Refresco de groselha	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500604	Refresco de laranja	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500605	Refresco de maracujá	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500606	Refresco de limão	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	-	10,76	11,87
8500801	Salada ou verdura cozida, exceto de fruta	-	0,05	0,03	0,17	0,07	0,09	-	1,41	-
8500802	Salada de maionese	56,02	2,72	4,32	8,47	7,52	0,93	0,05	1,20	0,48

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
8500903	Pizza	21,88	5,57	3,02	2,10	1,82	0,29	0,18	2,19	0,44		
8500904	Lasanha pronta <i>light</i>	28,56	3,82	2,50	0,34	0,27	0,06	0,27	2,27	0,18		
8500905	<i>Moque</i>	70,21	4,52	3,52	4,34	3,81	0,51	0,17	0,66	-		
8500906	<i>Caneloni</i>	43,32	2,50	3,07	0,68	0,59	0,07	0,51	2,70	0,19		
8500907	<i>Capelati</i>	54,49	0,98	0,93	0,31	0,25	0,04	0,06	2,01	0,27		
8500909	<i>Ravioli</i>	54,49	0,98	0,93	0,31	0,25	0,04	0,06	2,01	0,27		
8500910	<i>Calzone</i>	47,30	5,24	3,11	0,70	0,60	0,08	0,20	1,52	0,66		
8500913	Panqueca	77,23	4,80	5,14	1,26	1,13	0,09	0,76	1,75	-		
8500914	Pizza calabreza	25,03	5,10	3,75	2,46	2,15	0,28	0,15	2,13	0,45		
8500915	Pizza muçarela	21,88	5,57	3,02	2,10	1,82	0,29	0,18	2,19	0,44		
8500916	Pizza presunto	25,03	5,10	3,75	2,46	2,15	0,28	0,15	2,13	0,45		
8500917	Pizza portuguesa	26,19	4,80	4,05	2,02	1,77	0,21	0,24	2,31	0,31		
8500919	Macarronada	9,43	0,74	0,83	0,83	0,73	0,09	0,08	1,40	0,16		
8501004	Galeto	88,00	4,19	5,92	4,45	3,88	0,28	0,46	-	-		
8501104	Costela	84,00	12,01	12,80	1,05	0,70	0,33	1,35	-	-		
8501202	Pipoca doce ou salgada	4,02	5,39	12,23	4,37	4,25	0,12	4,83	29,50	31,71		
8501302	Café	-	0,00	0,02	0,00	0,00	-	-	-	-		
8501303	Café com leite	5,16	0,96	0,43	0,10	0,06	0,04	0,06	2,71	-		
8501304	Café tipo expresso	-	0,00	-	0,00	0,00	-	-	0,01	-		
8501305	Café tipo <i>capuccino</i>	-	0,79	0,00	0,00	0,00	-	0,00	4,35	4,67		
8501402	Milho cozido	-	1,12	1,72	4,01	3,59	0,42	0,03	3,16	-		
8501502	Batata palito	-	2,15	3,07	7,85	6,92	0,93	0,07	1,44	-		
8501503	Batata palha	-	5,55	7,96	20,30	17,90	2,41	0,19	1,20	-		
8501902	Mungunzá	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
8501903	Canjica	-	-	-	-	-	-	-	-	-		
8501904	Curau	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08		
8502201	Farofa	-	1,90	2,40	2,50	2,29	0,19	-	-	-		
8502301	Mingau (fubá, aveia, farinha, etc.)	6,02	1,35	0,89	0,56	0,50	0,06	0,23	7,20	2,08		
8502401	Tacacá	-	0,14	0,12	0,16	0,01	0,01	-	0,16	-		
8502501	Bolinho de coco	152,61	2,78	1,56	0,61	0,53	0,02	-	39,67	37,77		
8502701	Risoto	14,14	0,42	0,65	0,70	0,61	0,05	0,02	3,60	3,37		
8502801	Vatapá	40,61	6,63	5,03	2,93	1,89	0,15	0,05	2,29	0,27		
8502901	Farofa pronta	-	1,90	2,40	2,50	2,29	0,19	-	-	-		

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)
8503202	Caldo de carne	-	-	-	-	-	-	-	-	0,17	-
8503203	Caldo-de-feijão	4,32	0,57	0,74	0,23	0,19	0,03	0,01	1,08	0,82	-
8503204	Caldo de mocotó	-	-	-	-	-	-	-	0,17	-	-
8503501	Baião de dois	4,00	0,60	1,00	1,50	1,36	0,13	-	-	-	-
8503801	Churrasco	58,00	3,42	3,92	0,35	0,24	0,09	0,41	-	-	-
8504201	Sushi	7,38	0,11	0,10	0,16	0,07	0,02	-	5,68	4,60	-
8504401	Salada de frutas	-	0,03	0,01	0,04	0,03	0,01	-	10,26	-	-
8504501	Sopa (legumes, carne, etc.)	3,48	0,31	0,32	0,05	0,04	0,01	0,03	0,23	-	-
8504801	Salpicão	114,28	2,68	4,02	6,35	5,58	0,67	0,07	2,91	2,09	-
8505201	Charuto de repolho	20,79	0,42	0,49	0,10	0,09	0,01	0,05	2,81	0,34	-
8505401	Arroz à grega	-	0,28	0,38	0,91	0,81	0,11	0,01	3,04	0,43	-
8505501	Arrumadinho	19,41	2,97	3,14	1,51	1,30	0,16	0,10	1,03	0,11	-
8505601	Bobó de camarão	12,98	1,69	1,22	1,18	1,09	0,08	0,18	3,01	-	-
8505701	Caruru (quiabo, amendoim, castanha de caju, camarão seco, etc.)	47,04	9,80	7,34	1,96	-	-	-	-	-	-
8505801	Cuscuz paulista	15,00	1,80	1,80	0,80	0,69	0,10	-	-	-	-
8505901	Empadão (queijo, frango, camarão, palmito, etc.)	17,32	2,71	3,11	1,59	1,46	0,09	0,73	1,22	-	-
8506001	Farofa de banana	-	2,02	2,69	5,01	4,45	0,55	-	-	-	-
8506101	Feijão-tropeiro	19,41	2,97	3,14	1,51	1,30	0,16	0,10	1,03	0,11	-
8506201	Galinha com arroz	5,34	0,55	0,75	1,59	1,39	0,18	0,02	0,83	0,04	-
8506301	Galinhada	5,34	0,55	0,75	1,59	1,39	0,18	0,02	0,83	0,04	-
8506401	Moqueca baiana	41,66	5,10	1,08	0,51	0,12	0,01	0,01	0,55	-	-
8506501	Omelete	371,93	4,74	6,30	8,14	7,13	0,84	0,06	1,07	-	-
8506601	Prão	30,16	2,84	1,59	0,91	0,62	0,14	0,15	3,04	0,08	-
8506701	Quibebe	-	0,33	0,43	1,07	0,95	0,13	0,01	3,30	-	-
8506801	Quiuche	97,70	8,68	7,71	2,62	2,37	0,20	1,09	3,14	0,07	-
8506901	Sufilé	100,96	5,01	2,59	0,62	0,49	0,09	0,28	2,32	-	-
8507001	Tutu	-	0,28	0,35	0,91	0,77	0,14	0,01	0,27	-	-
8507101	Moqueca capixaba	43,85	0,87	0,83	1,34	0,83	0,11	0,01	0,57	-	-
8507201	Maniçoba	47,48	3,78	4,90	2,25	1,95	0,21	0,06	0,91	0,27	-
8507301	Caldo verde	8,09	0,91	1,20	0,43	0,36	0,04	0,01	0,94	-	-
8507401	Arroz de cuxá	-	0,26	0,16	0,45	0,41	0,07	-	0,42	-	-
8507501	Angu à baiana	69,20	1,79	1,85	1,27	1,04	0,15	0,18	0,74	-	-
8507601	Chocolate	23,00	20,78	15,87	1,26	1,06	0,12	0,09	54,80	46,99	-

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)	(continuação)	
8507701	Gemada	58,91	4,44	2,23	0,34	0,23	0,10	0,19	4,29	-	-	
8507801	Açai com granola	-	0,70	1,90	0,30	0,30	0,02	-	-	-	-	
8507901	Suco orgânico	-	0,02	0,03	0,03	0,03	0,01	-	8,12	-	-	
8507902	Suco de abacaxi orgânico	-	0,01	0,01	0,04	0,02	0,02	-	10,03	-	-	
8507903	Suco de acerola orgânico	-	0,07	0,08	0,09	0,05	0,04	-	4,41	-	-	
8507906	Suco de goiaba orgânico	-	0,04	0,01	0,06	0,04	0,02	-	14,81	13,54	-	
8507907	Suco de laranja orgânico	-	0,02	0,03	0,03	0,03	0,01	-	8,12	-	-	
8507911	Suco de laranja cenoura e beterraba orgânico	-	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	4,71	-	-	
8507913	Suco de manga orgânico	-	0,01	0,02	0,01	0,00	0,01	-	12,42	9,43	-	
8507914	Suco de maracujá orgânico	-	0,02	0,02	0,11	0,11	-	-	11,44	-	-	
8507916	Suco de morango orgânico	-	0,02	0,01	0,03	0,02	0,01	-	14,45	-	-	
8507917	Suco de pêssego orgânico	-	0,00	0,01	0,01	0,01	-	-	13,24	9,30	-	
8507918	Suco de pêssego em calda orgânico	-	0,00	0,01	0,01	0,01	-	-	13,24	9,30	-	
8508003	Pizza pronta <i>light</i>	21,88	5,12	2,36	0,43	0,34	0,09	0,17	2,19	0,44	-	
8508004	Lasanha pronta <i>light</i>	26,34	3,24	1,70	0,31	0,25	0,05	0,14	2,27	0,18	-	
8508012	Macarrão pronto <i>light</i>	8,28	2,36	1,82	2,49	2,21	0,28	0,20	4,48	1,73	-	
8508017	Pizza portuguesa <i>light</i>	26,19	4,48	3,59	0,86	0,74	0,07	0,23	2,31	0,31	-	
8508101	Farofa pronta <i>light</i> em pacote	-	1,90	2,40	2,50	2,29	0,19	-	-	-	-	
8508301	Vaca atolada	42,00	6,06	6,45	0,58	0,38	0,17	0,68	-	-	-	
8508401	Salada ou verdura crua, exceto de fruta	-	0,03	0,03	0,08	0,08	0,00	-	2,62	-	-	
8508403	Outros legumes cozidos	-	0,03	0,00	0,07	0,06	0,01	-	2,16	-	-	
8508801	Café da manhã	5,16	0,96	0,43	0,10	0,06	0,04	0,06	2,71	-	-	
8570101	Prato de comida brasileira	7,00	0,97	1,16	1,35	1,19	0,17	0,07	0,28	-	-	
8570102	Prato de comida do nordeste	7,61	0,81	0,93	0,64	0,55	0,09	0,07	0,29	-	-	
8570103	Prato de comida do norte	8,84	0,98	1,15	0,89	0,78	0,13	0,09	0,14	-	-	
8570104	Prato de comida do sudeste	18,29	1,68	2,03	0,99	0,85	0,15	0,17	0,61	-	-	
8570105	Prato de comida do sul	7,00	0,97	1,16	1,35	1,19	0,17	0,07	0,28	-	-	
8570106	Prato de comida do centro-oeste	7,61	0,84	0,99	0,79	0,69	0,11	0,07	0,73	-	-	
8570107	Aroz com feijão	-	0,33	0,30	0,78	0,71	0,11	0,11	0,15	-	-	
8570328	Pão com manteiga	35,83	9,40	4,25	1,09	1,04	0,09	0,55	0,02	-	-	
8570329	Pão com margarina	-	3,62	7,30	4,07	3,82	0,28	4,31	0,15	-	-	
8570330	Pão com ovo	230,44	2,75	3,36	2,89	2,56	0,25	0,02	0,66	-	-	
8571110	Carne com batata, inhame, batata-baroa ou aipim	37,50	3,31	4,13	1,91	1,62	0,27	0,36	0,43	-	-	

Tabela 2 - Gorduras e açúcar na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Colesterol (mg)	(continuação)							
			AG Saturados (g)	AG Mono (g)	AG Poli (g)	AG Linoléico (g)	AG Linolênico (g)	AG Trans total (g)	Açúcar total (g)	Açúcar de adição (g)
8571111	Carne com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	37,50	3,23	4,01	1,58	1,33	0,23	0,35	1,65	-
8571112	Frango com batata, inhame batata-baroa ou aipim	42,50	1,08	1,40	2,09	1,78	0,21	0,06	0,43	-
8571113	Frango com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	42,50	1,00	1,28	1,77	1,50	0,17	0,06	1,65	-
8578404	Abobora com quiabo	-	0,04	0,02	0,03	0,02	0,00	-	2,78	-
8579002	Arroz carreteiro	36,00	3,20	3,00	0,20	0,16	0,03	-	-	-
8579003	Maria izabel	36,00	3,20	3,00	0,20	0,16	0,03	-	-	-
8579004	Arroz de leite	2,74	1,05	0,99	1,89	1,65	0,24	0,05	1,47	-
8579005	Arroz com mandioca	-	0,23	0,16	0,33	0,30	0,04	0,00	-	-
8579006	Arroz com ovo	230,44	2,43	3,02	2,82	2,48	0,26	0,02	0,66	-
8800109	Palma	-	0,48	0,70	1,78	1,57	0,21	0,02	1,27	-

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Notas: 1. Células com valores igual a "0,00" representam valores abaixo dos limites de quantificação.

2. Células com "-" (traço) representam valores nutricionais ausentes ou não disponíveis.

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
Cereais e leguminosas												
6300101	Arroz (polido, parbolizado, agulha, agulhinha, etc.)	3,51	2,23	0,29	17,77	0,08	1,19	382,00	14,53	0,01	0,49	0,45
6300201	Arroz integral	5,15	58,13	0,62	104,82	0,26	1,23	282,00	74,42	0,02	0,68	0,45
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,00	26,00	0,16	75,00	0,44	-	245,00	212,00	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,00	26,00	0,16	75,00	0,44	-	245,00	212,00	0,05	0,61	2,90
6300701	Milho (em grão)	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6300706	Canjiquinha de milho em grão	3,45	6,93	0,03	17,91	0,74	131,50	126,00	25,96	0,02	0,13	2,85
6300706	Canjiquinha de milho em grão	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	1,98
6300706	Canjiquinha de milho em grão	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	2,85
6300706	Canjiquinha de milho em grão	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	1,98
6300706	Canjiquinha de milho em grão	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6300706	Canjiquinha de milho em grão	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	1,98
6300707	Xerém de milho	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	1,98
6301001	Amendoim (em grão) <i>in natura</i>	92,00	188,00	1,93	376,00	4,58	18,00	-	705,00	1,14	3,27	7,20
6301101	Ervilha em grão	27,00	39,00	0,53	117,00	1,54	3,00	236,00	271,00	0,17	1,19	3,20
6301201	Fava (em grão)	18,00	31,00	0,26	73,00	1,50	41,00	222,00	193,00	0,06	0,47	2,22
6301204	Mangaló amargo em grão	18,00	31,00	0,26	73,00	1,50	41,00	222,00	193,00	0,06	0,47	2,22
6301603	Feijão-de-corda	128,00	52,00	0,57	51,00	1,12	4,00	229,00	418,00	0,13	1,03	3,76
6301634	Feijão-verde	128,00	52,00	0,57	51,00	1,12	4,00	229,00	418,00	0,13	1,03	3,76
6302001	Semente de linhaça	255,00	392,00	2,48	642,00	5,73	30,00	-	813,00	1,22	4,34	25,40
6302602	Andu	55,20	38,20	0,38	67,80	2,22	5,20	219,00	336,60	0,18	0,83	1,51
6302801	Grão de bico	49,00	48,00	1,03	168,00	2,89	7,00	230,00	291,00	0,35	1,53	4,97
6302901	Lentilha	19,00	36,00	0,49	180,00	3,33	2,00	191,00	369,00	0,25	1,27	3,85
6303001	Soja em grão	102,00	86,00	0,82	245,00	5,14	1,00	219,00	515,00	0,41	1,15	8,51
6303102	Feijão (preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)	55,20	38,20	0,38	67,80	2,22	5,20	219,00	336,60	0,18	0,83	1,51
6303501	Quirera não especificada	3,37	6,93	0,03	17,91	0,74	5,01	126,00	25,93	0,02	0,13	1,98
6304034	Feijão-verde orgânico	128,00	52,00	0,57	51,00	1,12	4,00	229,00	418,00	0,13	1,03	3,76
6304101	Feijão orgânico	55,20	38,20	0,38	67,80	2,22	5,20	219,00	336,60	0,18	0,83	1,51
6304201	Pipoca <i>light</i>	6,49	119,91	0,93	298,04	2,67	1072,51	-	274,11	0,22	2,57	0,00

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6304301	Arroz orgânico	3,51	2,23	0,29	17,77	0,08	1,19	382,00	14,53	0,01	0,49	0,45
6304401	Arroz integral orgânico	5,15	58,13	0,62	104,82	0,26	1,23	282,00	74,42	0,02	0,68	0,45
6304602	Feijão-de-soja orgânico	102,00	86,00	0,82	245,00	5,14	1,00	219,00	515,00	0,41	1,15	8,51
6304901	Quinoa	16,57	61,58	0,63	141,28	1,41	4,27	374,00	174,05	0,19	0,97	3,75
Hortalças tuberosas												
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400101	Batata-inglesa	13,43	33,58	0,24	67,17	0,53	8,40	380,00	550,76	0,28	0,46	6,68
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400101	Batata-inglesa	9,00	19,20	0,13	37,20	0,45	108,80	242,00	328,60	0,16	0,26	0,28
6400101	Batata-inglesa	29,28	18,31	0,12	51,69	0,32	24,92	242,00	292,46	0,14	0,31	1,41
6400101	Batata-inglesa	13,43	33,58	0,24	67,17	0,53	8,40	380,00	550,76	0,28	0,46	6,68
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400101	Batata-inglesa	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6400101	Batata-inglesa	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400304	Cenoura amarela (batata-baroa)	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400401	Batata-doce	38,00	27,00	0,50	54,00	0,69	36,00	148,00	475,00	0,16	0,32	0,20
6400401	Batata-doce	86,67	57,78	0,85	102,72	2,31	86,67	148,00	738,30	0,30	0,64	6,21
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400401	Batata-doce	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400501	Inhame	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60
6400501	Inhame	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60
6400501	Inhame	38,00	27,00	0,50	54,00	0,69	36,00	260,00	475,00	0,16	0,32	0,20

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6400501	Inhame	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	
6400501	Inhame	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	
6400501	Inhame	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	
6400501	Inhame	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34	
6400508	Quicará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60	
6400601	Mandioca	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400601	Mandioca	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400601	Mandioca	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400601	Mandioca	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400601	Mandioca	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400601	Mandioca	17,80	24,80	0,07	22,80	0,28	105,60	228,80	146,20	0,03	0,20	0,04	
6400601	Mandioca	19,25	25,75	0,06	22,10	0,10	29,75	286,00	96,20	0,01	0,19	0,05	
6400601	Mandioca	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400601	Mandioca	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34	
6400601	Mandioca	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400609	Aipim	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400609	Aipim	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400609	Aipim	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400609	Aipim	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400609	Aipim	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400609	Aipim	17,80	24,80	0,07	22,80	0,28	105,60	228,80	146,20	0,03	0,20	0,04	
6400609	Aipim	19,25	25,75	0,06	22,10	0,10	29,75	286,00	96,20	0,01	0,19	0,05	
6400609	Aipim	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400609	Aipim	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34	
6400609	Aipim	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400610	Macaxeira	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400610	Macaxeira	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400610	Macaxeira	19,00	27,00	0,06	22,00	0,10	1,00	286,00	100,00	0,01	0,20	-	
6400610	Macaxeira	18,05	25,65	0,06	20,90	0,10	0,95	286,00	95,00	0,01	0,19	2,28	
6400701	Cará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60	
6400701	Cará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	
6400701	Cará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	
6400701	Cará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	1,42	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6400701	Cará	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60
6400701	Cará	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6400713	Inhame caraqueiro (cará)	35,00	21,00	0,67	44,00	0,54	8,00	260,00	377,00	0,18	0,30	0,60
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400802	Batata (não especificada)	13,43	33,58	0,24	67,17	0,53	8,40	380,00	550,76	0,28	0,46	6,68
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400802	Batata (não especificada)	9,00	19,20	0,13	37,20	0,45	108,80	242,00	328,60	0,16	0,26	0,28
6400802	Batata (não especificada)	29,28	18,31	0,12	51,69	0,32	24,92	242,00	292,45	0,14	0,31	1,41
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	1,63
6400802	Batata (não especificada)	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6400802	Batata (não especificada)	8,00	20,00	0,14	40,00	0,31	5,00	242,00	328,00	0,17	0,27	0,30
6400908	Mandioquinha	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	0,20
6400908	Mandioquinha	25,65	17,10	0,25	30,40	0,69	25,65	148,00	218,50	0,09	0,19	2,48
6400908	Mandioquinha	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6400908	Mandioquinha	27,00	18,00	0,27	32,00	0,72	27,00	148,00	230,00	0,09	0,20	1,02
6401001	Rabanete	25,00	10,00	0,07	20,00	0,34	39,00	-	233,00	0,05	0,28	0,60
6401001	Rabanete	27,00	16,00	0,04	23,00	0,40	21,00	257,00	227,00	0,12	0,15	0,70
6401001	Rabanete	27,00	16,00	0,04	23,00	0,40	21,00	257,00	227,00	0,12	0,15	0,70
6401101	Beterraba	16,00	23,00	0,33	40,00	0,80	78,00	-	325,00	0,08	0,35	0,70
6401101	Beterraba	16,00	23,00	0,33	38,00	0,79	77,00	222,00	305,00	0,07	0,35	0,70
6401101	Beterraba	16,00	23,00	0,33	38,00	0,79	77,00	222,00	305,00	0,07	0,35	1,92
6401101	Beterraba	16,00	23,00	0,33	38,00	0,79	77,00	222,00	305,00	0,07	0,35	0,70
6401101	Beterraba	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6401101	Beterraba	16,00	23,00	0,33	40,00	0,80	78,00	-	325,00	0,08	0,35	0,70
6401201	Cenoura	33,00	12,00	0,14	35,00	0,30	69,00	-	320,00	0,05	0,24	0,10
6401201	Cenoura	30,00	10,00	0,16	30,00	0,34	58,00	242,00	235,00	0,02	0,20	0,70
6401201	Cenoura	29,10	9,70	0,15	29,10	0,33	56,26	242,00	227,95	0,02	0,19	2,05
6401201	Cenoura	29,10	9,70	0,15	29,10	0,33	56,26	242,00	227,95	0,02	0,19	2,05
6401201	Cenoura	26,60	11,20	0,15	29,20	0,48	151,20	242,00	254,20	0,04	0,20	0,60

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6401201	Cenoura	29,10	9,70	0,15	29,10	0,33	56,26	242,00	227,95	0,02	0,19	2,05
6401201	Cenoura	30,73	10,06	0,16	30,73	0,34	75,46	242,00	235,73	0,02	0,20	0,73
6401201	Cenoura	30,00	10,00	0,16	30,00	0,34	58,00	242,00	235,00	0,02	0,20	0,70
6401201	Cenoura	29,10	9,70	0,15	29,10	0,33	56,26	242,00	227,95	0,02	0,19	2,05
6401201	Cenoura	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6401201	Cenoura	33,00	12,00	0,14	35,00	0,30	69,00	-	320,00	0,05	0,24	0,10
6401301	Nabo	33,00	9,00	0,07	26,00	0,18	16,00	242,00	177,00	0,00	0,12	0,20
6401301	Nabo	33,00	9,00	0,07	26,00	0,18	16,00	242,00	177,00	0,00	0,12	1,53
6401601	Açafrão	111,00	264,00	28,41	252,00	11,10	148,00	-	1724,00	0,33	1,09	5,60
6401801	Batata-inglesa orgânica	13,43	33,58	0,24	67,17	0,53	8,40	380,00	550,76	0,28	0,46	6,68
Farinhas, féculas e massas												
6500101	Creme de arroz	110,54	13,75	0,14	99,07	0,08	387,30	-	147,16	0,03	0,48	5,40
6500104	Arrozina	110,54	13,75	0,14	99,07	0,08	387,30	-	147,16	0,03	0,48	5,40
6500105	Mucilon	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6500108	Mingau de arroz	110,54	13,75	0,14	99,07	0,08	387,30	-	147,16	0,03	0,48	5,40
6500202	Croquinhas de arroz	7,00	144,00	1,11	358,00	3,19	8,00	-	329,00	0,26	3,08	-
6500301	Farinha de aveia	52,00	148,00	3,63	474,00	4,20	4,00	-	350,00	0,34	3,07	34,00
6500401	Aveia em flocos	52,00	148,00	3,63	474,00	4,20	4,00	-	350,00	0,34	3,07	34,00
6500601	Fubá de milho	2,82	5,24	0,02	11,92	0,64	2,65	236,00	23,20	0,02	0,07	2,78
6500603	Farinha de milho	1,00	31,00	-	84,00	2,30	45,00	-	58,00	0,27	0,60	-
6500608	Puba de milho	83,00	10,00	0,11	128,00	0,70	134,00	-	118,00	0,04	0,40	-
6500609	Puba de fubá	83,00	10,00	0,11	128,00	0,70	134,00	-	118,00	0,04	0,40	-
6500613	Milho moído	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
6500614	Mingau de milho	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6500702	Amido de milho	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6500705	Amido de arroz	110,54	13,75	0,14	99,07	0,08	387,30	-	147,16	0,03	0,48	5,40
6500801	Cremogema	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6500802	Vitamilho	10,74	15,82	0,27	58,01	0,37	261,48	256,00	57,49	0,09	0,28	3,75
6500804	Creme de milho	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6500902	Sucrilhos de milho	56,00	8,00	-	43,00	3,90	405,00	-	52,00	0,04	8,50	-
6500903	Cereal matinal de milho em flocos	56,00	8,00	-	43,00	3,90	405,00	-	52,00	0,04	8,50	-
6501301	Germe de trigo	39,00	239,00	13,30	842,00	6,26	12,00	-	892,00	0,80	12,29	79,20
6501303	Fibra de trigo	73,00	611,00	11,50	1013,00	10,57	2,00	-	1182,00	1,00	7,27	77,60

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6501304	Fibra de cereal trigo	73,00	611,00	11,50	1013,00	10,57	2,00	-	1182,00	1,00	7,27	77,60
6501401	Farinha de mandioca	65,00	37,00	-	42,00	1,10	1,00	-	340,00	0,08	0,40	-
6501410	Farinha de copioba	65,00	37,00	-	42,00	1,10	1,00	-	340,00	0,08	0,40	-
6501415	Farinha d'água	65,00	37,00	-	42,00	1,10	1,00	-	340,00	0,08	0,40	-
6501416	Cruera	65,00	37,00	-	42,00	1,10	1,00	-	340,00	0,08	0,40	-
6501502	Goma de mandioca	4,00	-	-	-	0,16	1,50	-	-	-	-	-
6501505	Sagu de mandioca	102,17	9,79	0,01	98,87	0,23	100,38	-	137,70	0,01	0,48	7,16
6501510	Farinha de tapioca	12,00	3,00	-	60,00	0,10	2,00	-	48,00	-	-	-
6501511	Farinha beiju	12,00	3,00	-	60,00	0,10	2,00	-	48,00	-	-	-
6501515	Sagu de tapioca	102,17	9,79	0,01	98,87	0,23	100,38	-	137,70	0,01	0,48	7,16
6501516	Tapioca de goma	4,00	-	-	-	0,16	1,50	-	-	-	-	-
6502001	Farinha láctea	2,93	-	-	303,33	6,00	126,67	-	-	-	-	-
6502101	Neston	508,00	-	-	550,00	12,50	550,00	-	-	-	-	-
6502102	Flocos de cereais	143,00	11,00	-	101,00	3,10	655,00	-	83,00	0,06	7,60	-
6502105	Vitaflocos	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
6502403	Mini pizza semipronta	166,42	18,91	0,32	170,58	2,22	444,42	-	140,69	0,09	1,03	19,27
6502403	Mini pizza semipronta	166,42	18,91	0,32	170,58	2,22	444,42	-	140,69	0,09	1,03	19,27
6502403	Mini pizza semipronta	166,42	18,91	0,32	170,58	2,22	444,42	-	140,69	0,09	1,03	19,27
6502403	Mini pizza semipronta	166,42	18,91	0,32	170,58	2,22	444,42	-	140,69	0,09	1,03	19,27
6502403	Mini pizza semipronta	166,42	18,91	0,32	170,58	2,22	444,42	-	140,69	0,09	1,03	19,27
6502501	Fibra de soja	521,00	234,00	2,00	193,00	40,00	20,00	-	1420,00	1,00	5,00	-
6502603	Minipastel	18,34	16,77	0,31	108,95	2,48	413,20	100,00	127,61	0,09	0,93	30,81
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	12,08	15,05	0,23	43,92	1,04	225,72	113,00	145,67	0,10	0,35	13,50
6503401	Macarrão	28,48	16,71	0,27	66,09	1,09	21,72	160,00	65,25	0,08	0,50	22,29
6503401	Macarrão	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	27,89
6503401	Macarrão	7,81	18,07	0,32	58,81	1,28	20,46	141,00	44,81	0,10	0,51	26,43

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)												
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)		
6503401	Macarrão	12	Ao vinagrete	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	13	Enspado	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	27,89
6503401	Macarrão	15	Sopa	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503401	Macarrão	99	Não se aplica	7,00	18,00	0,32	58,00	1,28	1,00	141,00	44,00	0,10	0,51	26,40
6503501	Purê de batata	99	Não se aplica	18,21	18,34	0,12	43,96	0,27	138,26	102,00	298,44	0,15	0,27	0,64
6503601	Bife vegetal	99	Não se aplica	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6503603	Carne vegetal	5	Frito(a)	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6503604	Pasta de soja	99	Não se aplica	32,00	27,00	0,41	90,00	1,03	36,00	-	194,00	0,20	0,61	9,38
6503605	Carne de soja	99	Não se aplica	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6503702	Amendoim moído	99	Não se aplica	92,00	168,00	1,93	376,00	4,58	18,00	-	705,00	1,14	3,27	7,20
6504101	Granola	99	Não se aplica	33,33	317,00	3,23	337,00	2,78	50,00	-	494,00	0,41	1,92	17,30
6504601	Musli	99	Não se aplica	33,33	317,00	3,23	337,00	2,78	50,00	-	494,00	0,41	1,92	17,30
6504701	Mix de cereais	99	Não se aplica	33,33	317,00	3,23	337,00	2,78	50,00	-	494,00	0,41	1,92	17,30
6504801	Miojo	99	Não se aplica	94,04	19,73	0,21	101,26	0,87	429,68	-	128,16	0,07	0,64	20,21
6504802	Macarrão instantâneo	99	Não se aplica	94,04	19,73	0,21	101,26	0,87	429,68	-	128,16	0,07	0,64	20,21
6505101	Sustagem	99	Não se aplica	538,29	194,45	1,85	463,30	11,11	351,16	-	1038,55	1,30	7,41	18,95
6505601	Proteína de soja	99	Não se aplica	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6505603	Proteína vegetal	99	Não se aplica	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6505701	Complemento alimentar de qualquer sabor	99	Não se aplica	538,29	194,45	1,85	463,30	11,11	351,16	-	1038,55	1,30	7,41	18,95
6505902	Sucrilhos de milho light	99	Não se aplica	143,00	11,00	-	101,00	3,10	655,00	-	83,00	0,06	7,60	-
6506003	Mini pizza semipronta light	4	Assado(a)	308,77	24,06	0,29	284,19	2,16	736,75	-	184,62	0,11	1,60	17,98
6506302	Macarrão instantâneo light	15	Sopa	94,04	19,73	0,21	101,26	0,87	429,68	-	128,16	0,07	0,64	20,21
6506302	Macarrão instantâneo light	99	Não se aplica	94,04	19,73	0,21	101,26	0,87	429,68	-	128,16	0,07	0,64	20,21
6506401	Proteína de soja orgânica	99	Não se aplica	49,84	13,02	0,28	98,00	2,62	455,73	-	44,68	0,09	0,41	11,04
6573225	Macarrão com carne	99	Não se aplica	12,24	15,39	0,21	61,22	1,34	82,21	48,00	137,20	0,09	1,05	16,28
6573226	Macarrão com peixe	99	Não se aplica	12,50	38,00	0,17	173,50	0,81	53,00	24,00	194,00	0,06	0,57	43,63
Cocos, castanhas e nozes														
6600101	Coco-da-baía (seco ou verde)	99	Não se aplica	14,00	32,00	1,50	113,00	2,43	20,00	-	356,00	0,44	1,10	10,10
6600301	Castanha portuguesa	99	Não se aplica	46,00	54,00	0,85	99,00	1,73	27,00	-	715,00	0,47	0,25	0,64
6600401	Pinhão	99	Não se aplica	15,77	52,97	0,41	165,84	0,76	0,86	-	727,01	0,18	0,83	-
6600501	Amêndoa	99	Não se aplica	248,00	275,00	2,54	474,00	4,30	1,00	338,00	728,00	1,11	3,36	2,80
6600601	Avelã	99	Não se aplica	114,00	163,00	6,18	290,00	4,70	-	-	680,00	1,73	2,45	2,40
6600701	Castanha-do-pará	99	Não se aplica	160,00	376,00	1,22	725,00	2,43	3,00	854,00	659,00	1,74	4,06	1917,00

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6600801	Castanha de caju	45,00	260,00	0,83	490,00	6,00	16,00	624,00	565,00	2,22	5,60	11,70
6600912	Butiá	20,00	-	-	36,00	2,20	-	-	-	-	-	-
6601108	Tucumã	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601208	Coco de mucajá	66,53	66,05	0,08	43,87	0,81	0,65	-	305,81	0,35	0,66	-
6601501	Noz (nogueira)	98,00	158,00	3,41	346,00	2,91	2,00	-	441,00	1,59	3,09	4,90
6601706	Açaí	118,00	-	-	58,00	1,09	-	-	-	-	-	-
6601707	Juçara	118,00	-	-	58,00	1,09	-	-	-	-	-	-
6601709	Uaçai	118,00	-	-	58,00	1,09	-	-	-	-	-	-
6601712	Jussara	118,00	-	-	58,00	1,09	-	-	-	-	-	-
6601805	Pupunha	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6601902	Bacaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601904	Bacabuçu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6602001	Castanha-da-índia	160,00	376,00	1,22	725,00	2,43	3,00	-	659,00	1,74	4,06	1917,00
6602201	Pistache	107,00	121,00	1,20	490,00	4,15	1,00	-	1025,00	1,30	2,20	7,00
6602301	Buriti	156,00	-	-	54,00	5,00	-	-	-	-	-	-
6602401	Coco	14,00	32,00	1,50	113,00	2,43	20,00	-	356,00	0,44	1,10	10,10
6602601	Pataúá	20,00	-	-	36,00	2,20	-	-	-	-	-	-
Hortalças folhosas, frutosas e outras												
6700101	Alface	36,00	13,00	0,25	29,00	0,86	28,00	-	194,00	0,03	0,18	0,60
6700201	Bertalha	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	2,66
6700301	Chicória	52,00	15,00	0,42	28,00	0,83	22,00	-	314,00	0,10	0,79	0,20
6700301	Chicória	72,00	18,00	0,42	28,00	0,90	23,00	290,00	228,00	0,16	0,24	2,50
6700301	Chicória	72,00	18,00	0,42	28,00	0,90	23,00	290,00	228,00	0,16	0,24	2,50
6700301	Chicória	72,00	18,00	0,42	28,00	0,90	23,00	290,00	228,00	0,16	0,24	2,50
6700304	Escarola	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	-	364,00	0,12	0,97	1,86
6700501	Couve	145,00	9,00	0,28	10,00	0,19	20,00	-	169,00	0,04	0,13	1,30
6700501	Couve	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6700501	Couve	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	1,60
6700501	Couve	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	1,60
6700501	Couve	114,60	19,20	0,37	29,20	1,13	117,60	199,00	159,00	0,05	0,22	0,44
6700501	Couve	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	1,60
6700501	Couve	140,60	20,05	0,44	30,60	1,16	30,34	199,00	116,60	0,04	0,23	0,53
6700501	Couve	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)												
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)		
6700501	Couve	13	Enspado	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	1,60
6700501	Couve	14	Mingau	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6700501	Couve	99	Não se aplica	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6700601	Couve-flor	1	Cru(a)	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	0,60
6700601	Couve-flor	2	Cozido(a)	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	0,60
6700601	Couve-flor	5	Frito(a)	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	2,28
6700601	Couve-flor	6	Empanado(a)/à milanesa	35,86	11,92	0,19	60,14	0,86	99,57	304,00	135,48	0,04	0,39	9,94
6700601	Couve-flor	7	Refogado(a)	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	2,28
6700601	Couve-flor	12	Ao vinagrete	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	0,60
6700601	Couve-flor	99	Não se aplica	16,00	9,00	0,13	32,00	0,32	15,00	304,00	142,00	0,02	0,17	0,60
6700701	Espinafre	1	Cru(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6700701	Espinafre	2	Cozido(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6700701	Espinafre	7	Refogado(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	2,66
6700701	Espinafre	12	Ao vinagrete	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6700701	Espinafre	99	Não se aplica	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6700801	Mostarda (verdura)	1	Cru(a)	103,00	32,00	0,48	43,00	1,46	25,00	-	354,00	0,15	0,20	0,90
6700801	Mostarda (verdura)	2	Cozido(a)	74,00	15,00	0,27	41,00	0,70	16,00	222,00	202,00	0,08	0,11	0,60
6700801	Mostarda (verdura)	7	Refogado(a)	74,00	15,00	0,27	41,00	0,70	16,00	222,00	202,00	0,08	0,11	2,09
6700801	Mostarda (verdura)	99	Não se aplica	74,00	15,00	0,27	41,00	0,70	16,00	222,00	202,00	0,08	0,11	0,60
6700901	Repolho	1	Cru(a)	40,00	12,00	0,16	26,00	0,47	18,00	-	170,00	0,02	0,18	0,30
6700901	Repolho	2	Cozido(a)	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	0,60
6700901	Repolho	5	Frito(a)	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	1,99
6700901	Repolho	7	Refogado(a)	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	1,99
6700901	Repolho	9	Molho branco	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	0,60
6700901	Repolho	10	Ao alho e óleo	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	1,99
6700901	Repolho	12	Ao vinagrete	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	0,60
6700901	Repolho	13	Enspado	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	1,99
6700901	Repolho	15	Sopa	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6700901	Repolho	99	Não se aplica	48,00	15,00	0,21	33,00	0,17	8,00	251,00	196,00	0,02	0,20	0,60
6701101	Cebolinha	99	Não se aplica	61,00	20,00	0,13	33,00	1,92	4,00	-	260,00	0,06	0,45	0,50
6701301	Agrão	1	Cru(a)	160,00	47,00	0,32	52,00	1,46	27,00	-	369,00	0,08	0,47	0,30
6701301	Agrão	2	Cozido(a)	120,17	21,01	0,25	60,00	0,20	316,36	275,00	330,06	0,08	0,11	0,90
6701301	Agrão	12	Ao vinagrete	120,17	21,01	0,25	60,00	0,20	316,36	275,00	330,06	0,08	0,11	0,90

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)												
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)		
6701301	Agrião	13	Enspado	120,83	21,07	0,24	60,83	0,20	60,88	275,00	330,83	0,08	0,11	0,94
6701301	Agrião	99	Não se aplica	160,00	47,00	0,32	52,00	1,46	27,00	-	369,00	0,08	0,47	0,30
6701401	Taioba	1	Cru(a)	141,00	38,00	0,66	53,00	1,90	1,00	-	290,00	0,16	0,60	-
6701401	Taioba	2	Cozido(a)	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6701401	Taioba	7	Refogado(a)	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	222,00	116,00	0,04	0,23	1,60
6701501	Acelga	1	Cru(a)	51,00	81,00	0,37	46,00	1,80	213,00	-	379,00	0,18	0,36	0,90
6701501	Acelga	2	Cozido(a)	32,00	10,00	0,15	39,00	0,30	9,00	216,00	225,00	0,03	0,18	0,40
6701501	Acelga	7	Refogado(a)	32,00	10,00	0,15	39,00	0,30	9,00	216,00	225,00	0,03	0,18	2,15
6701501	Acelga	99	Não se aplica	51,00	81,00	0,37	46,00	1,80	213,00	-	379,00	0,18	0,36	0,90
6701505	Beterraba branca (ceelga)	2	Cozido(a)	32,00	10,00	0,15	39,00	0,30	9,00	216,00	225,00	0,03	0,18	0,40
6701601	Almeirão	1	Cru(a)	52,00	15,00	0,42	28,00	0,83	22,00	-	314,00	0,10	0,79	0,20
6701601	Almeirão	2	Cozido(a)	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	210,00	364,00	0,12	0,97	0,26
6701601	Almeirão	7	Refogado(a)	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	210,00	364,00	0,12	0,97	1,86
6701601	Almeirão	12	Ao vinagrete	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	210,00	364,00	0,12	0,97	0,26
6701602	Radite	1	Cru(a)	52,00	15,00	0,42	28,00	0,83	22,00	-	314,00	0,10	0,79	0,20
6701602	Radite	7	Refogado(a)	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	210,00	364,00	0,12	0,97	1,86
6701602	Radite	12	Ao vinagrete	64,00	18,00	0,55	32,00	1,02	29,00	210,00	364,00	0,12	0,97	0,26
6701704	Brócolis	1	Cru(a)	47,00	21,00	0,21	66,00	0,73	33,00	-	316,00	0,05	0,41	2,50
6701704	Brócolis	2	Cozido(a)	40,00	21,00	0,19	67,00	0,67	41,00	242,00	293,00	0,06	0,45	1,60
6701704	Brócolis	6	Empanado(a)/à milanesa	29,41	16,96	0,22	73,00	1,23	243,98	242,00	194,28	0,05	0,47	13,96
6701704	Brócolis	7	Refogado(a)	40,00	21,00	0,19	67,00	0,67	41,00	242,00	293,00	0,06	0,45	2,93
6701704	Brócolis	10	Ao alho e óleo	40,00	21,00	0,19	67,00	0,67	41,00	242,00	293,00	0,06	0,45	2,93
6701704	Brócolis	12	Ao vinagrete	40,00	21,00	0,19	67,00	0,67	41,00	242,00	293,00	0,06	0,45	1,60
6701704	Brócolis	99	Não se aplica	40,00	21,00	0,19	67,00	0,67	41,00	242,00	293,00	0,06	0,45	1,60
6701801	Serralha	1	Cru(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6701801	Serralha	2	Cozido(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	1,50
6701801	Serralha	7	Refogado(a)	136,00	87,00	0,94	56,00	3,57	70,00	210,00	466,00	0,17	0,76	2,66
6701901	Caruru	2	Cozido(a)	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6701906	Cuxá	99	Não se aplica	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6701907	Vinagreira	99	Não se aplica	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6701913	Caruru	99	Não se aplica	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6702001	Rúcula	99	Não se aplica	160,00	47,00	0,32	52,00	1,46	27,00	-	369,00	0,08	0,47	0,30
6702105	Jambu	99	Não se aplica	162,00	-	-	41,00	4,00	-	-	-	-	-	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		(continuação)										
Código	Descrição do alimento	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6702201	Lingua de vaca (verdura)	145,00	9,00	0,28	10,00	0,19	20,00	-	169,00	0,04	0,13	1,30
6702301	Alcachofra	21,00	42,00	0,23	73,00	0,61	60,00	225,00	286,00	0,13	0,40	0,20
6702501	Bredo	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6702604	Salsão (tipo)	42,00	12,00	0,11	25,00	0,42	91,00	251,00	284,00	0,04	0,14	1,00
6702801	Erva-doce	49,00	17,00	0,19	50,00	0,73	52,00	-	414,00	0,07	0,20	0,70
6703003	Folha de alfavaca	145,00	9,00	0,28	10,00	0,19	20,00	-	169,00	0,04	0,13	1,30
6703004	Folha de macaxeira	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50
6703101	Broto de feijão	13,00	21,00	0,19	54,00	0,91	6,00	-	149,00	0,16	0,41	0,60
6703101	Broto de feijão	12,00	14,00	0,14	28,00	0,65	10,00	304,00	101,00	0,12	0,47	2,28
6703306	Moranga	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703306	Moranga	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05
6703306	Moranga	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05
6703306	Moranga	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703701	Abobrinha	15,00	17,00	0,18	38,00	0,35	2,00	-	262,00	0,05	0,29	0,20
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	0,20
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	0,20
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	0,20
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	0,20
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	1,36
6703701	Abobrinha	43,61	21,73	0,21	78,48	1,22	93,58	212,00	212,17	0,09	0,47	12,41
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	1,36
6703701	Abobrinha	27,00	24,00	0,21	39,00	0,36	1,00	212,00	192,00	0,10	0,39	1,36
6703805	Jerimum	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703805	Jerimum	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05
6703901	Abóbora	14,60	10,40	0,09	29,20	0,66	105,60	154,00	250,20	0,10	0,22	0,20
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05
6703901	Abóbora	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6703901	Abóbora	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	0,20
6704001	Pépinho	16,00	13,00	0,08	24,00	0,28	2,00	-	147,00	0,04	0,20	0,30

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	0,30
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	0,30
6704101	Chuchu	13,00	12,80	0,17	28,40	0,38	105,60	236,00	204,60	0,11	0,29	0,28
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	1,60
6704101	Chuchu	13,00	12,80	0,16	28,40	0,38	105,60	236,00	204,60	0,11	0,29	0,28
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	1,60
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	0,30
6704101	Chuchu	13,00	12,00	0,17	29,00	0,22	1,00	236,00	173,00	0,11	0,31	1,60
6704101	Chuchu	8,56	6,35	0,07	15,76	0,29	310,43	-	88,32	0,04	0,12	1,34
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70
6704201	Jiló	77,71	36,06	0,29	32,71	0,28	23,03	236,00	135,71	0,09	0,43	0,43
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70
6704201	Jiló	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40
6704301	Maxixe	21,00	10,00	0,07	25,00	0,40	11,00	-	328,00	0,02	0,20	-
6704301	Maxixe	18,00	10,00	0,06	17,00	0,38	107,00	212,00	5,00	0,02	0,59	0,20
6704301	Maxixe	18,00	10,00	0,06	17,00	0,38	107,00	212,00	5,00	0,02	0,59	1,39
6704301	Maxixe	18,00	10,00	0,06	17,00	0,38	107,00	212,00	5,00	0,02	0,59	1,39
6704306	Pepininho (maxixe)	18,00	10,00	0,06	17,00	0,38	107,00	212,00	5,00	0,02	0,59	0,20
6704306	Pepininho (maxixe)	18,00	10,00	0,06	17,00	0,38	107,00	212,00	5,00	0,02	0,59	0,20
6704401	Palmito <i>in natura</i>	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704401	Palmito <i>in natura</i>	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704401	Palmito <i>in natura</i>	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704401	Palmito <i>in natura</i>	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704410	Guaroba (palmito <i>in natura</i>)	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704410	Guaroba (palmito <i>in natura</i>)	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
6704501	Pimentão	10,00	10,00	0,12	20,00	0,34	3,00	-	175,00	0,07	0,13	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	1,70	
6705001	Quiabo	77,00	36,00	0,29	32,00	0,28	6,00	236,00	135,00	0,09	0,43	0,40	
6705101	Tomate	10,00	11,00	0,11	24,00	0,27	5,00	-	237,00	0,06	0,17	-	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	0,20	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	0,20	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	1,87	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	1,87	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	1,87	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	0,20	
6705201	Vagem	44,00	18,00	0,29	29,00	0,65	1,00	302,00	146,00	0,06	0,25	0,20	
6705301	Cogumelo <i>in natura</i>	6,00	12,00	0,12	87,00	1,74	2,00	-	356,00	0,50	0,87	11,90	
6705401	Berinjela	5,64	10,34	0,11	14,10	0,24	0,94	381,00	115,62	0,06	0,11	0,09	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	0,10	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	0,10	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	2,20	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	2,20	
6705401	Berinjela	14,81	14,26	0,18	50,82	0,86	19,95	381,00	148,42	0,07	0,34	11,76	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	2,20	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	0,10	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	2,20	
6705401	Berinjela	6,00	11,00	0,11	15,00	0,25	1,00	381,00	123,00	0,06	0,12	0,10	
6705501	Ervilha em vagem	42,15	26,01	0,17	55,00	1,97	239,78	236,00	240,05	0,08	0,37	2,00	
6705501	Ervilha em vagem	42,00	26,00	0,17	55,00	1,97	4,00	236,00	240,00	0,08	0,37	2,00	
6705701	Cebola	23,00	10,00	0,13	29,00	0,21	4,00	-	146,00	0,04	0,17	0,50	
6705701	Cebola	22,00	11,00	0,15	35,00	0,24	3,00	180,00	166,00	0,07	0,21	0,60	
6705701	Cebola	22,00	11,00	0,15	35,00	0,24	3,00	180,00	166,00	0,07	0,21	0,60	
6705701	Cebola	22,00	11,00	0,15	35,00	0,24	3,00	180,00	166,00	0,07	0,21	0,60	
6705701	Cebola	22,00	11,00	0,15	35,00	0,24	3,00	180,00	166,00	0,07	0,21	1,59	
6705701	Cebola	22,00	11,00	0,15	35,00	0,24	3,00	180,00	166,00	0,07	0,21	1,59	
6705701	Cebola	20,20	12,00	0,14	33,20	0,40	107,20	180,00	199,00	0,08	0,21	0,52	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6705701	Cebola	22,54	11,05	0,15	35,54	0,24	15,97	180,00	166,54	0,07	0,21	0,62	
6705701	Cebola	23,00	10,00	0,13	29,00	0,21	4,00	-	146,00	0,04	0,17	0,50	
6705701	Cebola	23,00	10,00	0,13	29,00	0,21	4,00	-	146,00	0,04	0,17	0,50	
6705801	Catalonha	58,00	86,00	0,33	33,00	2,26	179,00	-	549,00	0,16	0,33	2,09	
6706101	Jardineira (seleta)	22,65	12,51	0,37	45,50	0,79	482,78	-	176,05	0,09	0,48	1,05	
6706102	Seleta (jardineira)	22,65	12,51	0,37	45,50	0,79	482,78	-	176,05	0,09	0,48	1,05	
6706201	Alho	181,00	25,00	1,67	153,00	1,70	17,00	-	401,00	0,30	1,16	14,20	
6706301	Alho-poró	30,00	14,00	0,25	17,00	1,10	10,00	221,00	87,00	0,06	0,06	1,72	
6707301	Broto de alfafa	32,00	27,00	0,19	70,00	0,96	6,00	-	79,00	0,16	0,92	0,60	
6707801	Alface orgânica	36,00	13,00	0,25	29,00	0,86	28,00	-	194,00	0,03	0,18	0,60	
6707901	Tomate orgânico	10,00	11,00	0,11	24,00	0,27	5,00	-	237,00	0,06	0,17	-	
6708001	Pimentão orgânico	10,00	10,00	0,12	20,00	0,34	3,00	-	175,00	0,07	0,13	-	
6709701	Orégano	1576,00	270,00	4,67	200,00	44,00	15,00	-	1669,00	0,94	4,43	5,90	
Frutas													
6801017	Pacová	5,00	30,00	0,41	20,00	0,40	1,00	-	267,00	0,06	0,10	-	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,58	30,11	0,30	24,54	0,30	1,12	-	399,28	0,09	0,17	7,02	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,58	30,11	0,30	24,54	0,30	1,12	-	399,28	0,09	0,17	7,02	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	8,80	30,38	0,30	27,76	0,29	78,36	-	402,50	0,09	0,18	1,25	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	53,82	20,57	0,15	56,22	0,43	67,45	-	246,31	0,05	0,27	1,67	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	53,82	20,57	0,15	56,22	0,43	67,45	-	246,31	0,05	0,27	1,67	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6801801	Laranja (pera, seleta, lima, da terra, etc.)	40,00	10,00	0,03	14,00	0,10	-	-	181,00	0,05	0,07	0,50	
6801901	Lima	40,00	10,00	0,03	14,00	0,10	-	-	181,00	0,05	0,07	0,50	
6802001	Limão (comum, galego, etc.)	33,00	6,00	0,01	18,00	0,60	2,00	-	102,00	0,07	0,11	0,40	
6802201	Tangerina	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	
6802202	Mexerica	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	
6802217	Bergamota	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	
6802218	Mimosa	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	
6802223	Tanja	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6802227	Maricota	37,00	12,00	0,04	20,00	0,15	2,00	-	166,00	0,04	0,07	0,10	
6802407	Laranjinha japonesa	40,00	10,00	0,03	14,00	0,10	-	-	181,00	0,05	0,07	0,50	
6802501	Cana-de-açúcar	5,60	1,00	-	-	-	18,34	-	1,00	0,01	0,11	0,18	
6802601	Abacaxi	13,00	12,00	1,18	8,00	0,28	1,00	-	115,00	0,10	0,10	0,10	
6802602	Ananás	13,00	12,00	1,18	8,00	0,28	1,00	-	115,00	0,10	0,10	0,10	
6802701	Abacate	10,00	24,00	0,10	40,00	0,17	2,00	-	351,00	0,31	0,40	0,40	
6802801	Caqui	8,00	9,00	0,36	17,00	0,15	1,00	-	161,00	0,11	0,11	0,60	
6802901	Figo	35,00	17,00	0,13	14,00	0,37	1,00	-	232,00	0,07	0,15	0,20	
6803001	Maçã	6,00	5,00	0,04	11,00	0,12	1,00	-	107,00	0,03	0,04	-	
6803101	Mamão	24,00	10,00	0,01	5,00	0,10	3,00	-	257,00	0,02	0,07	0,60	
6803108	Papaia	24,00	10,00	0,01	5,00	0,10	3,00	-	257,00	0,02	0,07	0,60	
6803201	Manga	10,00	9,00	0,03	11,00	0,13	2,00	-	156,00	0,11	0,04	0,60	
6803215	Manguito	10,00	9,00	0,03	11,00	0,13	2,00	-	156,00	0,11	0,04	0,60	
6803301	Maracujá	12,00	29,00	0,20	68,00	1,60	28,00	-	348,00	0,09	0,10	0,60	
6803401	Melancia	7,00	10,00	0,04	11,00	0,24	1,00	-	112,00	0,04	0,10	0,40	
6803501	Melão	6,00	10,00	0,03	11,00	0,17	18,00	-	228,00	0,02	0,09	0,70	
6803601	pera	9,00	7,00	0,05	11,00	0,17	1,00	-	119,00	0,08	0,10	0,10	
6803701	Pêssego	6,00	9,00	0,06	20,00	0,25	-	-	190,00	0,07	0,17	0,10	
6803801	Fruta-de-conde	8,00	16,00	0,08	26,00	0,30	4,00	-	269,00	0,07	0,18	20,00	
6803802	Pinha (fruta-de-conde)	8,00	16,00	0,08	26,00	0,30	4,00	-	269,00	0,07	0,18	20,00	
6803803	Ata	8,00	16,00	0,08	26,00	0,30	4,00	-	269,00	0,07	0,18	20,00	
6803901	Uva	10,00	7,00	0,07	20,00	0,36	2,00	-	191,00	0,13	0,07	0,10	
6803912	Uva passa	50,00	32,00	0,30	101,00	1,88	11,00	-	749,00	0,32	0,22	0,60	
6804001	Jenipapo	40,00	-	-	58,00	3,60	-	-	-	-	-	-	
6804101	Jaca	34,00	37,00	0,20	36,00	0,60	3,00	-	303,00	0,19	0,42	0,60	
6804201	Goiaba	18,00	22,00	0,15	40,00	0,26	2,00	-	417,00	0,23	0,23	0,60	
6804203	Araçá-açu (goiaba)	18,00	22,00	0,15	40,00	0,26	2,00	-	417,00	0,23	0,23	0,60	
6804301	Ameixa	6,00	7,00	0,05	16,00	0,17	-	-	157,00	0,06	0,10	-	
6804401	Caju	1,00	10,00	0,12	16,00	0,20	3,00	-	124,00	0,07	0,10	-	
6804501	Cereja	13,00	11,00	0,07	21,00	0,36	-	-	222,00	0,06	0,07	-	
6804601	Cajá-manga	13,00	11,00	0,05	24,00	0,20	1,00	-	119,00	0,02	0,20	-	
6804602	Cajarana	56,00	-	-	67,00	0,30	-	-	-	-	-	-	
6804701	Taperebá	26,00	-	-	31,00	2,20	-	-	-	-	-	-	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6804702	Acaja (taberebá)	13,00	11,00	0,05	24,00	0,20	1,00	-	119,00	0,02	0,20	-
6804801	Carambola	3,00	10,00	0,04	12,00	0,08	2,00	-	133,00	0,14	0,12	0,60
6804901	Jabuticaba	38,00	5,00	1,00	39,00	1,60	6,00	-	280,00	0,06	0,11	0,60
6805001	Graviola	40,00	23,00	0,08	19,00	0,20	4,00	-	250,00	0,04	0,10	-
6805201	Morango	16,00	13,00	0,39	24,00	0,41	1,00	-	153,00	0,05	0,14	0,40
6805301	Jambo	14,00	14,00	0,05	18,00	0,10	22,00	-	135,00	0,02	0,10	-
6805401	Atemoia	8,00	16,00	0,08	26,00	0,30	4,00	-	269,00	0,07	0,18	20,00
6805601	Mangaba	41,00	-	-	18,00	2,80	-	-	-	-	-	-
6805701	Araçá	18,00	22,00	0,15	40,00	0,26	2,00	-	417,00	0,23	0,23	0,60
6805801	Néspera	16,00	13,00	0,15	27,00	0,28	1,00	-	266,00	0,04	0,05	0,60
6805901	Fruta-pão	17,00	25,00	0,06	30,00	0,54	2,00	-	490,00	0,08	0,12	0,60
6806001	Sapoti	29,00	-	-	6,00	1,20	-	-	-	-	-	-
6806101	Uxi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806201	Tamarindo	74,00	92,00	0,15	113,00	2,80	28,00	-	628,00	0,09	0,10	1,30
6806301	Cacau	12,00	25,00	0,04	9,00	0,30	1,00	-	72,00	0,15	0,60	-
6806401	Pitomba	5,00	10,00	0,06	31,00	0,31	1,00	-	171,00	0,15	0,07	0,60
6806501	Bacuri	20,00	-	-	36,00	2,20	-	-	-	-	-	-
6806601	Ingá	21,00	-	-	20,00	0,90	-	-	-	-	-	-
6806701	Pequi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6806801	Pitanga	18,00	12,00	0,36	13,00	0,40	2,00	-	113,00	0,08	0,40	-
6806901	Ciriguela	27,00	18,00	0,06	49,00	0,40	2,00	-	248,00	0,12	0,50	-
6807001	Murici	33,00	-	-	17,00	2,00	-	-	-	-	-	-
6807101	Umbu	12,00	11,00	0,03	13,00	0,10	-	-	152,00	0,04	0,40	-
6807103	Imbu	12,00	11,00	0,03	13,00	0,10	-	-	152,00	0,04	0,40	-
6807202	Biribá	8,00	16,00	0,08	26,00	0,30	4,00	-	269,00	0,07	0,18	20,00
6807301	Cupuçu	13,00	18,00	0,07	21,00	0,50	3,00	-	331,00	0,07	0,30	-
6807401	Nectarina	6,00	9,00	0,05	26,00	0,28	-	-	201,00	0,09	0,17	-
6807501	Mari	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6807601	Romã	5,00	13,00	0,13	40,00	0,30	1,00	-	485,00	0,19	0,70	-
6807701	Acerola	12,00	18,00	0,09	11,00	0,20	7,00	-	146,00	0,09	0,10	0,60
6807801	Kiwi	34,00	17,00	0,10	34,00	0,31	3,00	-	312,00	0,13	0,14	0,20
6808001	Abiu	6,00	9,00	0,08	20,00	0,20	-	-	128,00	0,09	0,10	-
6808201	Jurubeba	151,00	65,00	0,52	155,00	0,90	1,00	-	619,00	1,16	0,60	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6808401	Fruta (não especificada)	5,00	27,00	0,27	22,00	0,26	1,00	-	358,00	0,08	0,15	1,00	
6808601	Maça orgânica	6,00	5,00	0,04	11,00	0,12	1,00	-	107,00	0,03	0,04	-	
6808901	Acerola orgânica	12,00	18,00	0,09	11,00	0,20	7,00	-	146,00	0,09	0,10	0,60	
6809901	Amora	29,00	20,00	0,65	22,00	0,62	1,00	-	162,00	0,17	0,53	0,40	
6810201	Jamelão (jamburão)	38,00	5,00	1,00	39,00	1,60	6,00	-	280,00	0,06	0,11	0,60	
Açúcares e produtos de confeitaria													
6900302	Demerara	1,00	-	-	-	0,01	-	-	2,00	-	-	0,60	
6900304	Açúcar mascavo	83,00	9,00	0,06	4,00	0,71	28,00	-	133,00	0,05	0,03	1,20	
6900401	Rapadura	102,00	115,00	2,62	74,00	5,40	4,00	-	395,00	0,84	0,30	-	
6900402	Alfênim de cana	102,00	115,00	2,62	74,00	5,40	4,00	-	395,00	0,84	0,30	-	
6900403	Batida (rapadura)	83,00	9,00	0,06	4,00	0,71	28,00	-	133,00	0,05	0,03	1,20	
6900501	Sorvete de qualquer sabor industrializado	121,67	19,00	0,05	105,67	0,37	78,67	-	215,65	0,06	0,65	2,03	
6900502	Picolé de qualquer sabor industrializado	-	1,00	-	-	0,54	7,00	-	15,00	-	0,15	0,20	
6900601	Chiclete	3,00	1,00	0,01	1,00	0,40	44,00	-	5,00	0,01	-	0,80	
6900603	Bala	3,00	3,00	0,01	3,00	0,30	38,00	-	5,00	0,03	0,01	0,60	
6900604	Caramelo (bala)	138,00	17,00	0,01	114,00	0,14	245,00	-	214,00	0,02	0,44	1,80	
6900605	Drops	3,00	3,00	0,01	3,00	0,30	38,00	-	5,00	0,03	0,01	0,60	
6900606	Pastilha	3,00	1,00	0,01	1,00	0,40	44,00	-	5,00	0,01	-	0,80	
6900607	Pirulito	3,00	3,00	0,01	3,00	0,30	38,00	-	5,00	0,03	0,01	0,60	
6900609	Goma de mascar	3,00	1,00	0,01	1,00	0,40	44,00	-	5,00	0,01	-	0,80	
6900610	Jujuba	3,00	2,00	0,04	4,00	0,13	50,00	-	37,00	0,03	0,05	1,10	
6900701	Tablete de chocolate	189,00	63,00	0,47	208,00	2,35	79,00	-	372,00	0,49	2,30	4,50	
6900702	Barra de chocolate	189,00	63,00	0,47	208,00	2,35	79,00	-	372,00	0,49	2,30	4,50	
6900706	Confete	105,00	44,00	0,33	146,00	1,11	61,00	-	261,00	0,34	1,61	3,30	
6900801	Chocolate em pó de qualquer marca	149,79	38,71	0,19	132,42	0,78	350,14	-	840,69	0,19	0,81	3,87	
6900818	Ovomaltine	1235,00	71,00	0,27	847,00	9,52	353,00	-	1235,00	0,32	0,71	1,60	
6900821	Achocolatado em pó	455,00	53,00	0,71	86,00	-	136,00	-	280,00	0,91	6,82	1,90	
6900822	Toddynho	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91	
6900901	Bombom de qualquer marca	3,00	-	-	-	0,01	11,00	-	4,00	0,00	0,04	0,60	
6900904	Trufa	35,00	89,79	0,62	111,74	2,42	14,32	-	293,23	0,54	1,29	3,37	
6901001	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor	20,00	4,00	0,04	19,00	0,49	32,00	-	77,00	0,10	0,06	2,00	
6901002	Mousse de qualquer sabor (Geleia)	49,08	28,74	0,17	97,84	0,97	49,69	-	214,52	0,15	0,71	9,32	
6901101	Geleia de mocotó	4,29	1,47	-	1,38	0,04	9,01	-	1,81	0,08	-	1,57	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6901201	Doce de frutas em pasta de qualquer sabor	6,10	6,60	0,05	12,00	0,09	0,60	-	126,50	0,07	0,07	0,60
6901203	Pasta de amendoim	43,00	154,00	1,47	358,00	1,87	459,00	-	649,00	0,47	2,91	5,60
6901204	Pessegada	3,00	5,00	0,05	12,00	0,27	6,00	-	94,00	0,06	0,09	0,30
6901206	Marmelada	20,00	4,00	0,04	19,00	0,49	32,00	-	77,00	0,10	0,06	2,00
6901209	Figada	27,00	10,00	0,08	10,00	0,28	1,00	-	99,00	0,11	0,11	0,20
6901211	Goiabada	6,10	6,60	0,05	12,00	0,09	0,60	-	126,50	0,07	0,07	0,60
6901214	Caju em pasta	6,10	6,60	0,05	12,00	0,09	0,60	-	126,50	0,07	0,07	0,60
6901224	Mariola	6,10	6,60	0,05	12,00	0,09	0,60	-	126,50	0,07	0,07	0,60
6901301	Doce de frutas em calda de qualquer sabor	3,00	5,00	0,05	12,00	0,27	6,00	-	94,00	0,06	0,09	0,30
6901401	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor	6,10	6,60	0,05	12,00	0,09	0,60	-	126,50	0,07	0,07	0,60
6901501	Melado	102,00	115,00	2,62	74,00	5,40	4,00	-	395,00	0,84	0,30	-
6901602	Mel	6,00	2,00	0,08	4,00	0,42	4,00	-	52,00	0,04	0,22	0,80
6901701	Gelatina de qualquer sabor	20,00	4,00	0,04	19,00	0,49	32,00	-	77,00	0,10	0,06	2,00
6901801	Adoçante artificial	-	-	-	-	-	240,00	-	-	-	-	-
6902004	Merengue	4,87	6,27	0,01	8,56	0,07	94,73	-	164,82	0,01	0,02	11,90
6902301	Schmier de cana	102,00	115,00	2,62	74,00	5,40	4,00	-	395,00	0,84	0,30	-
6902401	Fruta seca ou desidratada	43,00	41,00	0,30	69,00	0,93	2,00	-	732,00	0,28	0,44	0,30
6902402	Passa	50,00	32,00	0,30	101,00	1,88	11,00	-	749,00	0,32	0,22	0,60
6902601	Pudim de qualquer sabor	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95
6902607	Danette pudim	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95
6902701	Manjar	201,26	23,38	0,20	206,83	0,55	129,47	-	289,85	0,04	0,97	14,99
6902901	Cuscuz	10,74	15,82	0,27	58,01	0,37	261,48	-	57,49	0,09	0,28	3,75
6902902	Cuscuz de tapioca	102,17	9,79	0,01	98,87	0,23	100,38	-	137,70	0,01	0,48	7,16
6903001	Maria-mole	9,93	28,32	1,39	61,18	1,11	148,99	-	194,42	0,18	1,03	9,72
6903101	Cocada	8,30	17,68	0,87	37,45	0,68	107,35	-	119,68	0,11	0,71	6,25
6903102	Quebra-queixo	8,30	17,68	0,87	37,45	0,68	107,35	-	119,68	0,11	0,71	6,25
6903201	Doce de amendoim	30,14	70,51	0,73	158,43	0,61	221,83	-	291,27	0,22	1,44	1,68
6903202	Pé de moleque	50,00	64,17	0,73	141,00	4,50	21,00	-	236,85	0,47	2,31	3,10
6903203	Paçoca	32,87	76,73	0,95	158,40	1,72	3,07	-	290,53	0,30	1,49	3,70
6903204	Torrão de amendoim	133,59	134,44	1,16	242,70	1,96	7,08	-	370,23	0,51	1,59	2,26
6903205	Paçoquinha de amendoim	32,87	76,73	0,95	158,40	1,72	3,07	-	290,53	0,30	1,49	3,70
6903207	Amendoim caramelizado	50,00	64,17	0,73	141,00	4,50	21,00	-	236,85	0,47	2,31	3,10
6903208	Amendoim amanteigado	92,00	168,00	1,93	376,00	4,58	18,00	-	705,00	1,14	3,27	7,20

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6903209	Amendoim achocolatado	104,00	96,00	0,95	212,00	1,31	41,00	-	502,00	0,54	2,60	5,40	
6903303	Amendoim apimentado	92,00	168,00	1,93	376,00	4,68	18,00	-	705,00	1,14	3,27	7,20	
6903304	Amendoim cozido	55,00	102,00	1,02	198,00	1,01	751,00	-	180,00	0,50	1,83	4,40	
6903601	Brigadeiro	266,19	28,88	0,04	241,57	0,33	128,60	-	373,64	0,05	0,95	13,87	
6903701	Bomba de qualquer tipo	45,49	9,84	0,13	93,20	1,18	50,56	-	92,24	0,04	0,53	15,22	
6903801	Mil folhas	32,51	6,18	0,10	40,94	0,67	199,14	-	56,87	0,03	0,21	5,30	
6903901	Queijadinha	8,30	17,68	0,87	37,45	0,68	107,35	-	119,68	0,11	0,71	6,25	
6904101	Doce à base de ovos	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6904104	Caçarola italiana	201,26	23,38	0,20	206,83	0,55	129,47	-	289,85	0,04	0,97	14,99	
6904105	Quindim	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6904108	Fios de ovos	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6904201	Doce à base de leite	282,85	25,89	0,01	251,97	0,19	126,48	-	369,49	0,02	0,94	14,74	
6904202	Pavê de qualquer sabor	66,08	11,99	0,08	96,19	0,90	151,95	-	121,43	0,03	0,51	6,74	
6904203	Ambrosia	83,71	8,84	0,15	85,23	0,27	46,10	-	114,64	0,01	0,43	7,48	
6904204	Leite gelificado	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6904205	Chandele de qualquer sabor	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6904302	Mumu	282,85	25,89	0,01	251,97	0,19	126,48	-	369,49	0,02	0,94	14,74	
6904401	Canudinho recheado	2,50	23,94	0,29	61,85	0,45	62,16	-	190,44	0,09	0,59	1,75	
6904501	Sarolho	4,00	-	-	-	0,16	1,50	-	-	-	-	-	
6904502	Beiju	4,00	-	-	-	0,16	1,50	-	-	-	-	-	
6904601	Schmier de fruta (exceto de cana)	20,00	4,00	0,04	19,00	0,49	32,00	-	77,00	0,10	0,06	2,00	
6904701	Beijo de moça	1,00	-	-	-	0,01	-	-	2,00	-	-	0,60	
6904801	Picolé ensacado	-	1,00	-	-	0,54	7,00	-	15,00	-	0,15	0,20	
6904807	Geladinho	3,81	1,47	0,07	2,26	0,06	8,64	-	14,88	0,01	0,09	0,26	
6905001	Churro	12,71	6,96	0,18	35,70	1,25	149,03	-	35,97	0,05	0,22	9,49	
6905101	Pamonha	4,00	15,00	0,12	55,00	0,40	132,00	-	125,00	0,03	0,40	-	
6905401	Algodão-doce	1,00	-	-	-	0,01	-	-	2,00	-	-	0,60	
6905603	lo-ló crem (chocolate em creme)	49,00	48,00	0,37	97,00	1,30	346,00	-	284,00	0,35	0,83	2,30	
6905801	Ovo de páscoa	189,00	63,00	0,47	208,00	2,35	79,00	-	372,00	0,49	2,30	4,50	
6905804	Kindler ovo	189,00	63,00	0,47	208,00	2,35	79,00	-	372,00	0,49	2,30	4,50	
6905901	Torrone	133,59	134,44	1,16	242,70	1,96	7,08	-	370,23	0,51	1,59	2,26	
6906001	Arroz-doce	82,04	10,74	0,15	76,17	0,39	50,79	-	109,98	0,03	0,43	4,88	
6906404	Polpa de coco	7,00	41,00	0,77	107,00	1,70	11,00	-	370,00	0,42	0,90	-	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
6906501	Diet shake	536,58	357,14	0,27	366,60	22,86	395,27	-	928,75	0,71	16,07	11,73	
6906502	Concentrado alimentar diet shake	536,58	357,14	0,27	366,60	22,86	395,27	-	928,75	0,71	16,07	11,73	
6906602	Açúcar	1,00	-	-	-	0,01	-	-	2,00	-	-	0,60	
6907001	Açúcar light	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6907201	Barra de cereais	540,54	28,55	0,68	76,79	4,86	284,16	-	80,58	0,08	4,05	11,34	
6907202	Barra de cereais salgada	540,54	28,55	0,68	76,79	4,86	284,16	-	80,58	0,08	4,05	11,34	
6907203	Barra de cereais doce	540,54	28,55	0,68	76,79	4,86	284,16	-	80,58	0,08	4,05	11,34	
6907301	Sobremesa de qualquer tipo (exceto infantil)	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6907401	Rabanada	101,00	13,00	-	102,00	0,50	85,00	-	159,00	-	0,60	-	
6907501	Milk shake	103,02	20,40	0,06	101,82	0,38	64,45	-	181,47	0,09	0,60	1,89	
6907901	Geleia diet	11,05	7,52	0,21	13,20	0,23	1,20	-	85,44	0,03	0,08	0,22	
6908001	Doce de frutas diet	11,05	7,52	0,21	13,20	0,23	1,20	-	85,44	0,03	0,08	0,22	
6908401	Pastéis de santa clara	89,20	9,49	0,01	107,71	0,35	60,62	-	131,17	0,01	0,55	10,95	
6908501	Suspiro	4,87	6,27	0,01	8,56	0,07	94,73	-	164,82	0,01	0,02	11,90	
6909301	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor diet	11,05	7,52	0,21	13,20	0,23	1,20	-	85,44	0,03	0,08	0,22	
6909601	Sorvete de qualquer sabor industrializado light	149,33	16,00	0,04	97,01	0,32	75,00	-	192,35	0,05	0,62	2,00	
6909701	Sorvete de qualquer sabor industrializado diet	128,00	14,00	0,01	105,00	0,09	48,00	-	199,00	0,02	0,69	2,60	
6909803	Bala light	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6909901	Chiclete diet	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6909903	Bala diet	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6910002	Barra de chocolate light	246,46	107,47	0,97	285,97	3,24	165,82	-	495,73	0,70	2,59	5,99	
6910102	Barra de chocolate diet	246,46	107,47	0,97	285,97	3,24	165,82	-	495,73	0,70	2,59	5,99	
6910221	Achocolatado em pó light	664,34	146,47	0,52	709,95	2,21	1236,82	-	1254,96	0,53	3,70	17,08	
6910321	Achocolatado em pó diet	664,18	146,46	0,52	709,95	2,20	978,44	-	1254,91	0,53	3,70	17,08	
6910322	Toddynho diet	147,69	17,76	0,08	115,69	0,17	71,79	-	188,49	0,09	0,97	4,12	
6910401	Bombom de qualquer marca light	3,00	-	-	-	0,01	11,00	-	4,00	0,00	0,04	0,60	
6910501	Bombom de qualquer marca diet	3,00	-	-	-	0,01	11,00	-	4,00	0,00	0,04	0,60	
6910502	Bombom caramelizado de qualquer marca diet	3,00	-	-	-	0,01	11,00	-	4,00	0,00	0,04	0,60	
6910601	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor light	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28	
6910604	Geleia light	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28	
6910605	Geleia de frutas light	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28	
6910701	Doce de frutas em barra ou pasta light	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28	
6910702	Doce de frutas em pasta light	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
6910801	Pudim de qualquer sabor <i>light</i>	93,20	10,16	0,01	110,38	0,35	63,28	-	135,84	0,01	0,57	10,69
6910808	Pudim danette <i>light</i>	93,20	10,16	0,01	110,38	0,35	63,28	-	135,84	0,01	0,57	10,69
6910901	Pudim de qualquer sabor <i>diet</i>	93,20	10,16	0,01	110,38	0,35	63,28	-	135,84	0,01	0,57	10,69
6911201	Doce de leite <i>light</i>	274,57	24,18	0,01	221,14	0,07	94,30	-	345,17	0,03	0,94	8,06
6911301	Doce de leite <i>diet</i>	274,57	24,18	0,01	221,14	0,07	94,30	-	345,17	0,03	0,94	8,06
6912501	Barra de cereais <i>diet</i>	74,97	68,29	2,27	156,08	1,88	230,51	-	421,89	0,29	1,21	12,26
6912502	Barra de cereais doce <i>diet</i>	74,97	68,29	2,27	156,08	1,88	230,51	-	421,89	0,29	1,21	12,26
6912801	<i>Milk shake diet</i>	536,58	357,14	0,27	366,60	22,86	395,27	-	928,75	0,71	16,07	11,73
6913001	Cocada <i>diet</i>	8,30	17,68	0,87	37,45	0,68	107,35	-	119,68	0,11	0,71	6,25
6913101	Doce de amendoim <i>diet</i>	61,00	176,00	1,85	397,00	1,52	6,00	-	726,00	0,53	3,28	3,30
6913103	Paçoca <i>diet</i>	61,00	176,00	1,85	397,00	1,52	6,00	-	726,00	0,53	3,28	3,30
6913108	Amendoim amanteigado <i>diet</i>	28,39	46,65	0,55	110,61	1,53	309,23	-	191,09	0,34	0,92	3,86
6913801	Doce à base de leite <i>diet</i>	274,57	24,18	0,01	221,14	0,07	94,30	-	345,17	0,03	0,94	8,06
6913901	Gelatina de qualquer sabor <i>light</i>	9,23	6,76	0,23	6,97	0,16	2,01	-	86,85	0,02	0,03	0,28
6914001	Adoçante <i>light</i>	-	-	-	-	0,04	-	-	4,00	-	0,01	0,50
6914002	Adoçante em pó <i>light</i>	-	-	-	-	0,04	-	-	4,00	-	0,01	0,50
6914003	Adoçante líquido <i>light</i>	-	-	-	-	-	240,00	-	-	-	-	-
Sais e condimentos												
7001501	Mostarda molho	58,00	49,00	0,42	106,00	1,51	1135,00	-	138,00	0,09	0,64	32,90
7002304	Hortelã	2,00	1,00	0,04	-	0,08	1,00	-	9,01	0,02	0,04	-
7002401	Alcaparra em conserva	40,00	33,00	0,08	10,00	1,67	2964,00	-	40,00	0,37	0,32	1,20
7002601	Coentro	1246,00	694,00	6,36	481,00	42,46	211,00	-	4466,00	1,79	4,72	29,30
7003601	Molho de soja	19,00	43,00	0,42	125,00	1,93	5637,00	-	217,00	0,10	0,52	0,50
7003604	<i>Shoyo</i>	19,00	43,00	0,42	125,00	1,93	5637,00	-	217,00	0,10	0,52	0,50
7003801	Leite de coco	4,01	32,07	0,81	59,13	0,81	12,03	-	232,53	0,24	0,59	3,71
7004301	Maionesa (molho)	5,76	0,78	0,02	11,68	0,13	831,34	-	7,92	0,01	0,08	12,02
7004701	Massa de tomate	18,00	23,00	0,17	40,00	1,78	393,00	-	439,00	0,29	0,36	0,70
7004801	Molho de tomate	13,00	16,00	0,11	26,00	1,02	524,00	-	331,00	0,12	0,20	0,20
7004802	Ketchup	18,00	19,00	0,13	33,00	0,51	1114,00	-	382,00	0,18	0,26	0,30
7004803	Catchup	18,00	19,00	0,13	33,00	0,51	1114,00	-	382,00	0,18	0,26	0,30
7006101	Pimenta em pó	437,00	194,00	5,63	173,00	28,86	44,00	-	1259,00	1,13	1,42	3,10
7007101	Tucupi em caldo sem pimenta	2,40	0,61	0,00	0,47	0,01	400,06	-	3,33	0,00	0,00	0,02
7007502	Creme de queijo	287,52	15,68	0,03	217,10	0,24	208,56	-	138,69	0,02	1,19	9,55

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7007701	Caldo de peixe	30,00	1,00	0,03	30,00	0,21	318,00	-	86,00	0,05	0,10	0,70	
7007901	Caldo de tomate	6,20	5,16	0,06	11,02	0,43	305,05	-	88,30	0,05	0,09	1,95	
7009102	Gergelim	60,00	345,00	1,44	667,00	6,36	47,00	-	370,00	1,40	6,73	97,50	
7010301	Tomate seco	47,00	81,00	0,47	139,00	2,68	266,00	-	1565,00	0,47	0,78	3,00	
7010401	Maionese (molho) light	12,72	1,86	0,02	11,99	0,19	876,69	-	14,56	0,01	0,08	5,85	
7010501	Molho de soja light	17,04	34,08	0,43	110,26	2,03	3341,01	-	180,43	0,12	0,37	0,80	
7010601	Leite de coco light	4,01	32,07	0,81	59,13	0,81	12,03	-	232,53	0,24	0,59	3,71	
7079202	Vinagrete	19,92	10,15	0,16	19,03	0,65	1299,77	-	156,70	0,04	0,17	0,15	
Carnes e vísceras													
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88	
7100101	Filé-mignon	7,67	20,98	0,04	197,80	2,74	41,09	333,00	256,76	0,08	5,23	34,38	
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88	
7100101	Filé-mignon	8,20	19,20	0,03	159,60	2,23	137,60	333,00	267,80	0,08	4,20	25,40	
7100101	Filé-mignon	28,48	18,31	0,02	174,09	2,09	53,72	333,00	231,65	0,06	4,25	26,53	
7100101	Filé-mignon	7,64	20,05	0,01	193,64	2,53	56,37	333,00	252,64	0,07	5,20	31,73	
7100101	Filé-mignon	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100201	Contrafilé	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100201	Contrafilé	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100201	Contrafilé	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100201	Contrafilé	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88	
7100201	Contrafilé	7,67	20,98	0,04	197,80	2,74	41,09	333,00	256,76	0,08	5,23	34,38	
7100201	Contrafilé	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88	
7100201	Contrafilé	8,20	19,20	0,03	159,60	2,23	137,60	333,00	267,80	0,08	4,20	25,40	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7100205	Bisteca bovina	19,67	22,98	0,04	205,80	1,87	53,09	333,00	327,76	0,08	4,70	30,68	
7100205	Bisteca bovina	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7100205 Bisteca bovina	8 Molho vermelho	12,20	15,20	0,03	134,80	2,05	144,80	333,00	245,40	0,10	3,94	16,68	
7100301 Alcatra	1 Cru(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100301 Alcatra	2 Cozido(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100301 Alcatra	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100301 Alcatra	4 Assado(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100301 Alcatra	5 Frito(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100301 Alcatra	6 Empanado(a)/à milanesa	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100301 Alcatra	7 Refogado(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100301 Alcatra	8 Molho vermelho	8,20	19,20	0,03	159,60	2,23	137,60	333,00	267,80	0,08	4,20	25,40	
7100301 Alcatra	12 Ao vinagre	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100301 Alcatra	13 Ensopado	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100303 Maminha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100303 Maminha	4 Assado(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100303 Maminha	5 Frito(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100303 Maminha	8 Molho vermelho	5,80	24,00	0,04	186,00	2,86	140,80	333,00	333,40	0,12	3,69	26,44	
7100304 Picanha	2 Cozido(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100304 Picanha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100304 Picanha	4 Assado(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7100304 Picanha	5 Frito(a)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100304 Picanha	13 Ensopado	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	34,27	
7100501 Patinho	2 Cozido(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100501 Patinho	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100501 Patinho	4 Assado(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100501 Patinho	5 Frito(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100501 Patinho	6 Empanado(a)/à milanesa	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100501 Patinho	8 Molho vermelho	5,80	24,00	0,04	186,00	2,86	140,80	333,00	333,40	0,12	3,69	26,44	
7100501 Patinho	13 Ensopado	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	2 Cozido(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	4 Assado(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	5 Frito(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	6 Empanado(a)/à milanesa	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7100502 Cabeça de lombo (carne bovina)	7 Refogado(a)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7100604	Posta branca	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100604	Posta branca	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	36,57	
7100604	Posta branca	5,80	24,00	0,04	186,00	2,86	140,80	333,00	333,40	0,12	3,69	26,44	
7100606	Tatu (lagarto redondo)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100606	Tatu (lagarto redondo)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100606	Tatu (lagarto redondo)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	36,57	
7100606	Tatu (lagarto redondo)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100607	Paulista	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100607	Paulista	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	36,57	
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	36,57	
7100702	Posta vermelha	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7100801	Acém	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100801	Acém	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100801	Acém	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100801	Acém	8,67	20,98	0,03	200,80	3,02	67,09	333,00	341,76	0,10	5,74	30,98	
7100801	Acém	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100801	Acém	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100803	Agluha (acém)	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100803	Agluha (acém)	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100803	Agluha (acém)	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100905	Paleta	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100905	Paleta	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100905	Paleta	9,00	19,20	0,02	162,00	2,45	158,40	333,00	335,80	0,10	4,61	22,68	
7100905	Paleta	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48	
7100908	Pá com osso	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100908	Pá com osso	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7100908	Pá com osso	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7101001	Músculo bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7101001	Músculo bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7101001	Músculo bovino	5,80	24,00	0,04	186,00	2,86	140,80	333,00	333,40	0,12	3,69	26,44	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
7101001	Músculo bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18
7101001	Músculo bovino	6,63	7,03	0,05	39,86	0,65	364,01	-	125,68	0,05	0,68	4,81
7101006	Chambaril	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101006	Chambaril	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101006	Chambaril	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7101009	Carne marica bovina	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00
7101009	Carne marica bovina	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18
7101009	Carne marica bovina	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18
7101011	Vazio (carne bovina)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70
7101011	Vazio (carne bovina)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70
7101011	Vazio (carne bovina)	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88
7101101	Peito bovino	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70
7101101	Peito bovino	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88
7101202	Fraldinha (capa de filé)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00
7101202	Fraldinha (capa de filé)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00
7101202	Fraldinha (capa de filé)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00
7101202	Fraldinha (capa de filé)	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18
7101203	Aba de filé	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101203	Aba de filé	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101203	Aba de filé	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7101301	Costela bovina	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101301	Costela bovina	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101301	Costela bovina	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101301	Costela bovina	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101301	Costela bovina	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
7101706	Filé de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101706	Filé de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7101706	Filé de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7101706	Filé de segunda	8,67	20,98	0,03	200,80	3,02	67,09	333,00	341,76	0,10	5,74	30,98
7101706	Filé de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7101801	Viscera bovina	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	352,00	14,28	5,30	36,10

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
7101801	Viscera bovina	5	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	352,00	14,28	5,30	37,28
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	2	15,87	15,95	0,22	195,69	5,19	340,84	-	0,25	2,20	37,48
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	13	15,87	15,95	0,22	195,69	5,19	340,84	-	0,25	2,20	37,48
7101901	Coração bovino	2	5,00	21,00	0,03	254,00	6,38	59,00	333,00	0,56	2,87	38,90
7101901	Coração bovino	3	5,00	21,00	0,03	254,00	6,38	59,00	333,00	0,56	2,87	38,90
7101901	Coração bovino	4	5,00	21,00	0,03	254,00	6,38	59,00	333,00	0,56	2,87	38,90
7101901	Coração bovino	5	5,00	21,00	0,03	254,00	6,38	59,00	333,00	0,56	2,87	40,08
7102001	Rim de boi	2	19,00	12,00	0,19	304,00	5,80	94,00	333,00	0,56	2,84	168,00
7102102	Befe bovino	4	19,00	12,00	0,19	304,00	5,80	94,00	333,00	0,56	2,84	168,00
7102102	Befe bovino	5	19,00	12,00	0,19	304,00	5,80	94,00	333,00	0,56	2,84	169,18
7102102	Befe bovino	7	19,00	12,00	0,19	304,00	5,80	94,00	333,00	0,56	2,84	169,18
7102201	Miolo de boi	2	9,00	12,00	0,03	335,00	2,30	108,00	333,00	0,23	1,09	21,80
7102401	Tripa bovina	2	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102401	Tripa bovina	3	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102401	Tripa bovina	4	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102401	Tripa bovina	5	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	12,98
7102402	Dobradinha fresca	2	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102402	Dobradinha fresca	4	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102402	Dobradinha fresca	8	67,40	15,20	0,10	58,00	0,73	159,20	333,00	0,02	1,41	9,48
7102402	Dobradinha fresca	13	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	12,98
7102402	Dobradinha fresca	99	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102403	Fato bovino	2	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102403	Fato bovino	5	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	12,98
7102404	Fato caprino	2	81,00	15,00	0,10	66,00	0,66	68,00	333,00	-	1,71	11,80
7102501	Fígado bovino	1	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	36,10
7102501	Fígado bovino	2	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	36,10
7102501	Fígado bovino	3	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	36,10
7102501	Fígado bovino	4	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	36,10
7102501	Fígado bovino	5	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	37,28
7102501	Fígado bovino	6	6,67	21,98	0,39	501,80	6,75	79,09	333,00	14,29	5,33	38,78
7102501	Fígado bovino	7	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	37,28
7102501	Fígado bovino	8	7,40	20,00	0,31	402,80	5,44	168,00	333,00	11,45	4,28	28,92
7102501	Fígado bovino	10	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	14,28	5,30	37,28

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	(continuação)											
	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	
7102501	Fígado bovino	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	352,00	14,28	5,30	37,28
7102601	Cupim	7,62	18,21	-	212,27	2,70	71,59	333,00	321,07	0,08	5,29	-
7102601	Cupim	7,62	18,21	-	212,27	2,70	71,59	333,00	321,07	0,08	5,29	-
7102601	Cupim	7,17	17,11	-	199,53	2,54	67,29	333,00	301,81	0,08	4,97	2,74
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	13,20
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	13,20
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	13,20
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	13,20
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	13,20
7102701	Língua bovina	6,60	15,20	0,04	121,20	2,29	156,80	333,00	213,40	0,14	3,31	10,60
7102701	Língua bovina	5,00	15,00	0,02	145,00	2,61	65,00	333,00	184,00	0,15	4,09	14,38
7102801	Rabada de boi	11,21	20,01	0,01	176,00	2,35	396,67	333,00	302,07	0,08	5,40	22,40
7103101	Mocotó bovino	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7103101	Mocotó bovino	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7103101	Mocotó bovino	6,63	7,03	0,05	39,86	0,65	364,01	333,00	125,68	0,05	0,68	4,81
7103101	Mocotó bovino	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7103104	Braço bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18
7103105	Mão bovina	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7103301	Carré	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103301	Carré	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103301	Carré	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103301	Carré	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103305	Bisteca suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40
7103401	Pernil suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7103401	Pernil suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7103401	Pernil suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87
7103401	Pernil suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87
7103403	Quarto suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	40,20	22,40	0,03	214,00	1,68	179,20	333,00	322,20	0,14	3,72	29,96	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103501	Costela suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7103701	Lombo suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7103701	Lombo suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7103701	Lombo suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7103701	Lombo suíno	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7103801	Toucinho	11,00	33,00	0,02	533,00	1,44	2310,00	-	565,00	0,16	3,50	62,00	
7103903	Miúdo suíno	10,00	14,00	0,30	241,00	17,92	49,00	333,00	150,00	0,63	6,72	67,50	
7103906	Arrasto suíno	15,87	15,95	0,22	195,69	5,19	340,84	-	224,91	0,25	2,20	37,48	
7103907	Sarapatel suíno fresco	15,87	15,95	0,22	195,69	5,19	340,84	-	224,91	0,25	2,20	37,48	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	14,60	20,80	0,04	210,80	0,99	152,00	166,00	336,60	0,10	2,49	34,68	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104101	Carne suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78	
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78
7104301	Carne moída	13,00	20,00	0,03	159,60	2,52	153,60	499,00	306,20	0,09	5,36	17,32
7104301	Carne moída	33,28	19,11	0,02	174,09	2,38	69,72	499,00	270,05	0,07	5,41	18,45
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78
7104301	Carne moída	6,63	7,03	0,05	39,86	0,65	364,01	-	125,68	0,05	0,68	4,81
7104301	Carne moída	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60
7104302	Guisado	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7104501	Tripa suína	25,00	9,00	0,09	66,00	1,47	18,00	333,00	14,00	0,05	1,85	27,00
7104501	Tripa suína	25,00	9,00	0,09	66,00	1,47	18,00	333,00	14,00	0,05	1,85	28,18
7104601	Fígado suíno	10,00	14,00	0,30	241,00	17,92	49,00	333,00	150,00	0,63	6,72	67,50
7104601	Fígado suíno	10,00	14,00	0,30	241,00	17,92	49,00	333,00	150,00	0,63	6,72	67,50
7104601	Fígado suíno	10,00	14,00	0,30	241,00	17,92	49,00	333,00	150,00	0,63	6,72	68,68
7104701	Lingua suína	19,00	20,00	0,01	174,00	4,99	109,00	333,00	237,00	0,11	4,53	15,50
7104701	Lingua suína	19,00	20,00	0,01	174,00	4,99	109,00	333,00	237,00	0,11	4,53	15,50
7104701	Lingua suína	19,00	20,00	0,01	174,00	4,99	109,00	333,00	237,00	0,11	4,53	15,50
7104701	Lingua suína	19,00	20,00	0,01	174,00	4,99	109,00	333,00	237,00	0,11	4,53	16,68
7104701	Lingua suína	19,00	20,00	0,01	174,00	4,99	109,00	333,00	237,00	0,11	4,53	16,68
7105001	Orelha suína fresca	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7105103	Sarrabulho	15,87	15,95	0,22	195,69	5,19	340,84	-	224,91	0,25	2,20	37,48
7105203	Mocotó suíno	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7105401	Carne de cabrito	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105401	Carne de cabrito	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105401	Carne de cabrito	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105402	Carne de bode	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105402	Carne de bode	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105402	Carne de bode	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105402	Carne de bode	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	12,98
7105403	Carne caprina	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105403	Carne caprina	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105403	Carne caprina	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80
7105403	Carne caprina	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	12,98
7105403	Carne caprina	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	12,98
7105405	Carne de caprino	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7105405	Carne de caprino	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	11,80	
7105405	Carne de caprino	17,00	-	0,04	201,00	3,73	86,00	333,00	405,00	0,30	5,27	12,98	
7105601	Carne de carneiro	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	30,80	
7105601	Carne de carneiro	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	30,80	
7105601	Carne de carneiro	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	30,80	
7105601	Carne de carneiro	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	33,37	
7105601	Carne de carneiro	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	33,37	
7105602	Carne de ovelha	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	30,80	
7105602	Carne de ovelha	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	30,80	
7105602	Carne de ovelha	8,00	25,00	0,03	203,00	2,20	71,00	333,00	333,00	0,12	4,85	33,37	
7105801	Mocotó de caprino	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20	
7106301	Pernil	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106301	Pernil	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106301	Pernil	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106301	Pernil	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7106401	Lagarto bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7106401	Lagarto bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7106401	Lagarto bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7106401	Lagarto bovino	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	35,57	
7106401	Lagarto bovino	5,80	24,00	0,04	186,00	2,86	140,80	333,00	333,40	0,12	3,69	26,44	
7106501	Alcatra suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106501	Alcatra suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106501	Alcatra suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30	
7106501	Alcatra suína	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87	
7107102	Brachola	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7107103	Bife role cru	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7107204	Buchada de bode	11,00	8,00	0,11	57,00	1,00	29,00	333,00	58,00	0,06	2,70	-	
7107501	Suã suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7107501	Suã suína	47,00	24,00	0,01	261,00	1,85	93,00	333,00	320,00	0,14	4,60	37,40	
7107601	Carne de outros animais	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7107601	Carne de outros animais	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7107601	Carne de outros animais	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7107601	Carne de outros animais	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7107601	Carne de outros animais	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	
													(continuação)
7107805	Filé não especificado	5	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88
7107805	Filé não especificado	6	7,67	20,98	0,04	197,80	2,74	41,09	333,00	256,76	0,08	5,23	34,38
7107805	Filé não especificado	7	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88
7107805	Filé não especificado	8	8,20	19,20	0,03	159,60	2,23	137,60	333,00	267,80	0,08	4,20	25,40
7107805	Filé não especificado	11	7,64	20,05	0,01	193,64	2,53	56,37	333,00	252,64	0,07	5,20	31,73
7107805	Filé não especificado	13	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	32,88
7107805	Filé não especificado	99	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70
7108107	Miúdo de bode	2	6,00	21,00	0,36	497,00	6,54	79,00	333,00	352,00	14,28	5,30	36,10
7108301	Pé suíno fresco	2	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7108301	Pé suíno fresco	3	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	43,20
7108301	Pé suíno fresco	5	6,00	24,00	0,01	222,00	1,00	50,00	333,00	363,00	0,01	2,83	44,38
7109101	Carne bovina	1	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7109101	Carne bovina	2	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7109101	Carne bovina	3	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7109101	Carne bovina	4	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7109101	Carne bovina	5	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7109101	Carne bovina	6	8,67	20,98	0,03	200,80	3,02	67,09	333,00	341,76	0,10	5,74	30,98
7109101	Carne bovina	7	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7109101	Carne bovina	8	9,00	19,20	0,02	162,00	2,45	158,40	333,00	335,80	0,10	4,61	22,68
7109101	Carne bovina	9	29,28	18,31	0,01	176,49	2,32	74,52	333,00	299,65	0,08	4,66	23,81
7109101	Carne bovina	10	8,64	20,05	0,00	196,64	2,81	82,37	333,00	337,64	0,09	5,71	28,33
7109101	Carne bovina	11	8,64	20,05	0,00	196,64	2,81	82,37	333,00	337,64	0,09	5,71	28,33
7109101	Carne bovina	12	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7109101	Carne bovina	13	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	29,48
7109101	Carne bovina	15	6,63	7,03	0,05	39,86	0,65	364,01	-	125,68	0,05	0,68	4,81
7109101	Carne bovina	99	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30
7110601	Lombo não especificado	1	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7110601	Lombo não especificado	2	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7110601	Lombo não especificado	4	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7110601	Lombo não especificado	5	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	45,87
7110601	Lombo não especificado	9	15,00	22,00	0,03	257,00	0,98	59,00	166,00	338,00	0,10	3,06	43,30
7110801	Músculo não especificado	2	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00
7110801	Músculo não especificado	13	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	34,18

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7110902	Ossada não especificada	27,00	27,00	0,03	226,00	1,16	91,00	333,00	356,00	0,15	4,32	11,30	
7110902	Ossada não especificada	27,00	27,00	0,03	226,00	1,16	91,00	333,00	356,00	0,15	4,32	12,48	
7110902	Ossada não especificada	27,00	27,00	0,03	226,00	1,16	91,00	333,00	356,00	0,15	4,32	11,30	
7110902	Ossada não especificada	27,00	27,00	0,03	226,00	1,16	91,00	333,00	356,00	0,15	4,32	11,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	8,67	20,98	0,03	200,80	3,02	67,09	333,00	341,76	0,10	5,74	30,98	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111202	Carne de segunda	9,00	19,20	0,02	162,00	2,45	158,40	333,00	335,80	0,10	4,61	22,68	
7111202	Carne de segunda	8,64	20,05	0,00	196,64	2,81	82,37	333,00	337,64	0,09	5,71	28,33	
7111202	Carne de segunda	8,00	20,00	0,00	196,00	2,81	67,00	333,00	337,00	0,09	5,71	28,30	
7111401	Contrafilé orgânico	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
7111405	Bisteca orgânica	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7111405	Bisteca orgânica	12,00	15,00	0,01	162,00	2,31	50,00	333,00	224,00	0,10	4,88	20,80	
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	36,57	
7111806	Tatu (lagarto redondo) orgânico	4,00	26,00	0,02	226,00	3,32	45,00	333,00	334,00	0,12	4,56	33,00	
Pescados e frutos do mar													
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	333,00	348,76	0,03	0,66	60,88	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	17,00	49,60	0,04	236,40	0,48	188,80	333,00	341,40	0,04	0,54	46,60	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	27,08	48,76	0,07	254,53	1,60	92,80	333,00	321,15	0,06	0,67	49,41	
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	-	348,76	0,03	0,66	60,88	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	27,08	48,76	0,07	254,53	1,60	92,80	-	321,15	0,06	0,67	49,41	
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	39,60	
7260101	Camarão	39,67	34,98	0,06	141,80	3,30	224,09	333,00	186,76	0,20	1,59	42,28	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	40,77	
7260101	Camarão	33,80	30,40	0,05	114,80	2,68	284,00	333,00	211,80	0,18	1,29	31,72	
7260101	Camarão	43,88	29,56	0,09	132,93	3,80	188,00	333,00	191,55	0,19	1,41	34,53	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	40,77	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	40,77	
7260101	Camarão	39,00	34,00	0,03	137,00	3,09	224,00	333,00	182,00	0,19	1,56	40,77	
7261101	Siri	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7261101	Siri	104,67	33,98	0,22	210,80	1,12	279,09	333,00	328,76	0,85	4,25	42,88	
7261101	Siri	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	41,37	
7261120	Bau (siri)	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7261121	Goia	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7262101	Caranguejo	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7262101	Caranguejo	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7262101	Caranguejo	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7262105	Guaiamu	104,00	33,00	0,19	206,00	0,91	279,00	333,00	324,00	0,85	4,22	40,20	
7263101	Marisco	92,00	18,00	1,00	338,00	27,96	112,00	333,00	628,00	0,69	2,73	48,60	
7263101	Marisco	92,00	18,00	1,00	338,00	27,96	112,00	333,00	628,00	0,69	2,73	49,78	
7263101	Marisco	76,20	17,60	0,82	275,60	22,57	184,40	333,00	568,60	0,57	2,22	38,92	
7263101	Marisco	92,00	18,00	1,00	338,00	27,96	112,00	333,00	628,00	0,69	2,73	48,60	
7264101	Ostra	90,00	95,00	0,70	203,00	11,99	422,00	333,00	281,00	7,57	181,61	71,60	
7265101	Lula	37,59	35,04	0,07	207,49	0,95	51,09	333,00	230,46	2,07	1,79	82,78	
7266101	Sururu	92,00	18,00	1,00	338,00	27,96	112,00	333,00	628,00	0,69	2,73	48,60	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7266101	Sururu	92,00	18,00	1,00	338,00	27,96	112,00	333,00	628,00	0,69	2,73	49,78	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7270401	Bacalhau	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	-	348,76	0,03	0,66	60,88	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7270401	Bacalhau	17,00	49,60	0,04	236,40	0,48	188,80	-	341,40	0,04	0,54	46,60	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7270401	Bacalhau	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	28,00	26,00	0,01	515,00	0,77	117,00	333,00	283,00	0,13	1,28	51,70	
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	28,00	26,00	0,01	515,00	0,77	117,00	333,00	283,00	0,13	1,28	52,88	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	333,00	348,76	0,03	0,66	60,88	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	17,00	49,60	0,04	236,40	0,48	188,80	333,00	341,40	0,04	0,54	46,60	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	37,28	48,71	0,03	250,89	0,34	104,92	333,00	305,25	0,03	0,59	47,73	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	-	348,76	0,03	0,66	60,88	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	17,00	49,60	0,04	236,40	0,48	188,80	-	341,40	0,04	0,54	46,60	
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37	
7444101	Tracajá	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	58,20
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	333,00	348,76	0,03	0,66	60,88
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	17,00	49,60	0,04	236,40	0,48	188,80	333,00	341,40	0,04	0,54	46,60
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	27,08	48,76	0,07	254,53	1,60	92,80	333,00	321,15	0,06	0,67	49,41
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	333,00	344,00	0,03	0,63	59,37
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	58,20
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,00	58,00	0,02	289,00	0,34	105,00	-	344,00	0,03	0,63	59,37
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	18,67	58,98	0,05	293,80	0,55	105,09	-	348,76	0,03	0,66	60,88
Enlatados e conservas												
7700101	Azeitona	52,00	11,00	0,02	4,00	0,49	1556,00	-	42,00	0,12	0,04	0,90
7700201	Ervilha em conserva	20,00	17,00	0,30	67,00	0,95	252,00	-	173,00	0,08	0,71	1,70
7700202	Petit-pois	20,00	17,00	0,30	67,00	0,95	252,00	-	173,00	0,08	0,71	1,70
7700401	Milho verde em conserva	5,00	15,00	0,14	48,00	0,72	298,00	-	135,00	0,05	0,37	0,70
7700501	Palmito em conserva	58,00	38,00	1,39	65,00	3,13	426,00	-	177,00	0,13	1,15	0,70
7700601	Cogumelo em conserva	11,00	15,00	0,09	66,00	0,79	425,00	-	129,00	0,24	0,72	5,43
7700602	Champignon em conserva	11,00	15,00	0,09	66,00	0,79	425,00	-	129,00	0,24	0,72	5,43
7700701	Asparago em conserva	16,00	10,00	0,17	43,00	1,83	287,00	-	172,00	0,10	0,40	1,70
7700901	Repolho em conserva	30,00	13,00	0,15	20,00	1,47	661,00	-	170,00	0,10	0,19	0,60
7700902	Chucrute	30,00	13,00	0,15	20,00	1,47	661,00	-	170,00	0,10	0,19	0,60
7701101	Legume não especificado em conserva	22,65	12,51	0,37	45,50	0,79	482,78	-	176,05	0,09	0,48	1,05
7701404	Creme de cebola (sopa desidratada)	59,19	7,77	0,04	43,22	0,16	374,69	-	89,41	0,02	0,22	1,89
7701405	Creme de legumes (sopa desidratada)	6,52	3,03	0,03	6,30	0,07	289,56	-	22,68	0,02	0,05	0,43
7701406	Yakissoba	20,00	52,00	1,36	161,00	4,73	439,00	-	120,00	0,17	1,40	43,00
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	13,37	25,04	0,22	78,01	0,99	36,06	233,00	172,26	0,08	0,65	0,85
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	13,37	25,04	0,22	78,01	0,99	36,06	233,00	172,26	0,08	0,65	0,85
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	13,37	25,04	0,22	78,01	0,99	36,06	233,00	172,26	0,08	0,65	0,85
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	13,37	25,04	0,22	78,01	0,99	36,06	233,00	172,26	0,08	0,65	0,85
7701901	Feijoada	26,73	49,60	0,30	140,25	1,82	353,09	-	327,86	0,16	1,57	8,35
7702001	Feijão branco com dobradinha em conserva	70,29	30,65	0,28	88,03	1,73	332,22	-	260,04	0,11	1,46	6,14

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7702101	Cozido	18,40	15,65	0,20	66,61	0,89	298,29	-	190,65	0,10	1,06	5,42	
7702302	Pasta de carne em conserva	12,47	9,38	0,01	81,19	0,83	800,10	-	109,37	0,05	1,56	10,63	
7702402	Pasta de presunto em conserva	20,29	14,28	0,01	143,33	1,47	1019,37	-	198,91	0,11	2,42	30,15	
7702502	Pasta de galinha em conserva	18,17	15,07	0,05	106,11	0,97	706,46	-	158,58	0,06	0,85	12,11	
7702601	Carne bovina em conserva	8,19	20,01	0,00	196,00	2,81	367,77	-	337,06	0,09	5,71	28,30	
7702602	Almôndega	56,01	22,98	0,15	180,27	2,66	153,28	-	278,32	0,10	4,62	20,68	
7702603	Kitute bovino	8,19	20,01	0,00	196,00	2,81	367,77	-	337,06	0,09	5,71	28,30	
7702604	Almôndega ao molho em conserva	56,75	21,77	0,14	156,16	2,16	246,54	307,00	313,65	0,10	3,40	16,33	
7702704	Kitute suíno	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702705	Presuntada	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702707	Fiambre	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702707	Fiambre	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702707	Fiambre	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702707	Fiambre	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7702801	Salsicha em conserva	17,10	8,37	0,01	75,96	0,58	752,81	-	100,58	0,04	1,04	9,12	
7703002	Sardinha em conserva	382,00	39,00	0,11	490,00	2,92	505,00	-	397,00	0,19	1,31	52,70	
7703402	Atum em conserva	13,00	31,00	0,02	311,00	1,39	354,00	-	207,00	0,07	0,90	76,00	
7703701	Pepino em conserva	42,00	7,00	0,05	12,00	0,37	875,00	-	92,00	0,03	0,11	0,10	
7703902	Pasta de peixe em conserva	13,00	31,00	0,02	311,00	1,39	354,00	-	207,00	0,07	0,90	76,00	
7704001	Picles	42,00	7,00	0,05	12,00	0,37	875,00	-	92,00	0,03	0,11	0,10	
7705201	Nabo em conserva	24,58	10,18	0,13	25,37	0,28	195,30	-	163,65	0,06	0,23	0,85	
7705401	Stroganoff	25,13	12,81	0,05	106,16	1,33	354,23	-	198,48	0,10	2,13	15,24	
7706001	Salmão em conserva	277,00	34,00	0,04	385,00	0,90	399,00	-	311,00	0,16	1,09	39,50	
7706104	Creme de cebola (sopa desidratada) /light	59,19	7,77	0,04	43,22	0,16	374,69	-	89,41	0,02	0,22	1,89	
7706105	Creme de legumes (sopa desidratada) /light	6,52	3,03	0,03	6,30	0,07	289,56	-	22,68	0,02	0,05	0,43	
7706106	Yakissoba (sopa de legumes desidratada) /light	7,41	10,70	0,17	30,95	0,67	398,23	-	30,62	0,06	0,28	13,19	
7706302	Atum em conserva /light	11,00	27,00	0,01	163,00	1,53	338,00	-	237,00	0,05	0,77	80,40	
Aves e ovos													
7800103	Frango inteiro	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7800103	Frango inteiro	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7800103	Frango inteiro	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7800103	Frango inteiro	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7800103	Frango inteiro	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7800402	Filé de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7800402	Filé de frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800402	Filé de frango	14,60	24,80	0,04	178,00	1,05	166,40	333,00	263,80	0,06	1,02	19,56	
7800402	Filé de frango	34,88	23,91	0,02	192,49	0,92	82,52	333,00	227,65	0,04	1,07	20,69	
7800402	Filé de frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800402	Filé de frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800402	Filé de frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	24,40	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	24,40	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	24,40	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800602	Carcaca de galinha ou frango	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,67	19,98	0,05	155,80	1,48	82,09	333,00	188,76	0,06	1,85	24,88	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	23,38	
7800701	Asa de galinha ou frango	14,60	18,40	0,04	126,00	1,22	170,40	333,00	213,40	0,07	1,50	17,80	
7800701	Asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	23,38	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800702	Drumete de galinha ou frango	30,00	24,00	0,02	198,00	2,29	73,00	333,00	282,00	0,14	4,22	36,60	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	26,60	22,40	0,04	163,60	2,04	163,20	333,00	291,80	0,14	3,42	30,92	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	21,00	20,00	0,02	154,00	1,42	87,00	333,00	210,00	0,08	2,25	22,50	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	21,00	20,00	0,02	154,00	1,42	87,00	333,00	210,00	0,08	2,25	22,50	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	21,00	20,00	0,02	154,00	1,42	87,00	333,00	210,00	0,08	2,25	23,68	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	21,00	20,00	0,02	154,00	1,42	87,00	333,00	210,00	0,08	2,25	23,68	
7800801	Pescoço de galinha ou frango	39,68	18,31	0,03	142,89	1,21	90,52	333,00	198,05	0,07	1,89	19,17	
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	3,60	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	3,60	
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	3,60	
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	4,78	
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	4,78	
7800901	Pé de galinha ou frango	73,00	7,20	0,03	71,60	0,93	158,40	333,00	91,00	0,11	0,59	2,92	
7800901	Pé de galinha ou frango	88,00	5,00	0,02	83,00	0,91	67,00	333,00	31,00	0,10	0,69	4,78	
7801001	Miúdo de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	82,40	
7801001	Miúdo de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	82,40	
7801001	Miúdo de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	83,58	
7801001	Miúdo de galinha ou frango	11,40	23,20	0,31	329,20	9,51	165,60	333,00	276,60	0,42	3,22	65,96	
7801001	Miúdo de galinha ou frango	5,22	3,26	0,08	18,48	0,24	343,65	-	37,02	0,03	0,15	1,55	
7801101	Moela de galinha ou frango	17,00	3,00	0,07	189,00	3,19	56,00	333,00	179,00	0,16	4,42	41,10	
7801101	Moela de galinha ou frango	17,00	3,00	0,07	189,00	3,19	56,00	333,00	179,00	0,16	4,42	41,10	
7801101	Moela de galinha ou frango	17,00	3,00	0,07	189,00	3,19	56,00	333,00	179,00	0,16	4,42	42,28	
7801101	Moela de galinha ou frango	17,00	3,00	0,07	189,00	3,19	56,00	333,00	179,00	0,16	4,42	42,28	
7801101	Moela de galinha ou frango	16,20	5,60	0,08	156,40	2,76	149,60	333,00	209,40	0,15	3,58	32,92	
7801101	Moela de galinha ou frango	36,48	4,71	0,07	170,89	2,62	65,72	333,00	173,25	0,13	3,63	34,05	
7801101	Moela de galinha ou frango	17,00	3,00	0,07	189,00	3,19	56,00	333,00	179,00	0,16	4,42	42,28	
7801101	Moela de galinha ou frango	5,22	3,26	0,08	18,48	0,24	343,65	-	37,02	0,03	0,15	1,55	
7801202	Coração de frango	19,00	20,00	0,11	199,00	9,03	48,00	333,00	132,00	0,50	7,30	8,00	
7801202	Coração de frango	19,00	20,00	0,11	199,00	9,03	48,00	333,00	132,00	0,50	7,30	8,00	
7801202	Coração de frango	19,00	20,00	0,11	199,00	9,03	48,00	333,00	132,00	0,50	7,30	8,00	
7801202	Coração de frango	19,00	20,00	0,11	199,00	9,03	48,00	333,00	132,00	0,50	7,30	9,18	
7801202	Coração de frango	19,00	20,00	0,11	199,00	9,03	48,00	333,00	132,00	0,50	7,30	8,00	
7801301	Figado de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	82,40	
7801301	Figado de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	82,40	
7801301	Figado de galinha ou frango	11,00	25,00	0,36	405,00	11,63	76,00	333,00	263,00	0,50	3,98	83,58	
7801407	Canja	5,22	3,26	0,08	18,48	0,24	343,65	-	37,02	0,03	0,15	1,55	
7801702	Peru em pedaço não especificado	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	29,90	
7801702	Peru em pedaço não especificado	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	29,90	
7801702	Peru em pedaço não especificado	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	31,08	
7801702	Peru em pedaço não especificado	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	31,08	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	33,28	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	33,28	
7801801	Peito de peru	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7802101	Asa de peru	24,00	25,00	0,02	197,00	1,46	61,00	333,00	266,00	0,06	2,10	29,90	
7802101	Asa de peru	24,00	25,00	0,02	197,00	1,46	61,00	333,00	266,00	0,06	2,10	29,90	
7802701	Chester	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	29,90	
7802701	Chester	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	29,90	
7802701	Chester	21,50	22,00	0,02	172,00	1,64	68,00	333,00	224,50	0,09	2,68	29,90	
7802702	Tender	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
7802801	Nambu	17,00	26,00	0,02	332,00	5,91	57,00	333,00	256,00	0,76	3,83	20,10	
7802901	Nuggets de frango	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
7802901	Nuggets de frango	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
7802901	Nuggets de frango	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
7802901	Nuggets de frango	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
7802902	Steak de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7802902	Steak de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7802902	Steak de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7802902	Steak de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7802902	Steak de frango	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	
7803001	Codorna	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	21,88	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	22,20	
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	15,00	19,00	0,02	151,00	1,27	82,00	333,00	184,00	0,06	1,82	23,38	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	54,35	10,87	0,03	186,96	1,30	134,78	205,00	136,96	0,01	1,14	36,28	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	54,35	10,87	0,03	186,96	1,30	134,78	205,00	136,96	0,01	1,14	36,28	
7803301	Ovo de galinha	55,88	11,00	0,03	188,49	1,30	171,50	205,00	138,49	0,01	1,15	33,54	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803301	Ovo de galinha	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803501	Ovo de codorna	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803501	Ovo de codorna	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803501	Ovo de codorna	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803501	Ovo de codorna	54,35	10,87	0,03	186,96	1,30	134,78	205,00	136,96	0,01	1,14	36,28	
7803501	Ovo de codorna	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803501	Ovo de codorna	50,00	10,00	0,03	172,00	1,19	124,00	-	126,00	0,01	1,05	30,80	
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	20,70	
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	20,70	
7803703	Capote	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	20,70	
7803703	Capote	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	20,70	
7803703	Capote	16,00	22,00	0,03	242,00	1,43	43,00	333,00	271,00	0,08	1,37	20,70	
7803707	Mutum	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7803907	Pato em pedaços	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	21,20	
7803907	Pato em pedaços	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	21,20	
7803908	Peito de pato	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	22,38	
7803913	Carne de pato	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	21,20	
7803913	Carne de pato	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	21,20	
7803913	Carne de pato	13,00	20,00	0,02	146,00	0,98	63,00	333,00	167,00	0,04	1,14	21,20	
7805401	Peito de peru <i>light</i>	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7805401	Peito de peru <i>light</i>	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7805401	Peito de peru <i>light</i>	15,00	28,00	0,03	216,00	1,57	56,00	333,00	277,00	0,09	2,08	32,10	
7805501	Frango inteiro orgânico	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7805501	Frango inteiro orgânico	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	23,90	
7805702	Fiilé de frango orgânico	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	24,40	
7805702	Fiilé de frango orgânico	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	24,40	
7805702	Fiilé de frango orgânico	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
7805702	Fiilé de frango orgânico	15,67	27,98	0,05	220,80	1,27	77,09	333,00	251,76	0,06	1,26	27,08	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
Laticínios													
7900101	Leite de vaca integral	113,05	10,00	0,00	91,04	0,03	40,02	-	143,06	0,01	0,40	3,70	
7900201	Leite de vaca fresco	113,05	10,00	0,00	91,04	0,03	40,02	-	143,06	0,01	0,40	3,70	
7900301	Leite de cabra	134,06	14,01	0,02	111,05	0,05	50,02	-	204,09	0,05	0,30	1,40	
7900601	Leite em pó integral	904,00	80,00	0,02	728,00	0,24	320,00	-	1144,00	0,09	3,20	29,60	
7900710	Leite em pó desnatado	1231,00	117,00	0,02	985,00	0,31	549,00	-	1705,00	0,04	4,41	27,30	
7900801	Leite em pó	904,00	80,00	0,02	728,00	0,24	320,00	-	1144,00	0,09	3,20	29,60	
7900901	Leite condensado	282,85	25,89	0,01	251,97	0,19	126,48	-	369,49	0,02	0,94	14,74	
7900903	Leite beijinho	282,85	25,89	0,01	251,97	0,19	126,48	-	369,49	0,02	0,94	14,74	
7901001	Crema de leite	69,00	7,00	0,00	61,00	0,03	34,00	-	97,00	0,01	0,25	0,50	
7901101	Chantilly	55,66	6,78	-	50,10	0,03	45,52	-	95,31	0,01	0,20	2,68	
7901201	logurte de qualquer sabor	120,93	11,52	0,03	98,07	0,09	44,78	-	162,44	0,02	0,44	3,99	
7901203	logurte desnatado	199,00	19,00	0,01	157,00	0,09	77,00	-	255,00	0,02	0,97	3,60	
7901204	logurte natural	121,00	12,00	0,00	95,00	0,05	46,00	-	155,00	0,01	0,59	2,20	
7901301	Yakult de qualquer sabor	112,60	9,90	0,00	90,90	0,03	37,80	-	140,60	0,01	0,38	2,85	
7901303	Bebida láctea	97,17	9,54	0,02	76,47	0,06	36,45	-	128,47	0,01	0,45	2,05	
7901304	Leite fermentado	117,53	11,05	0,00	94,42	0,03	41,19	-	150,68	0,01	0,43	2,51	
7901401	Coalhada	121,00	12,00	0,00	95,00	0,05	46,00	-	155,00	0,01	0,59	2,20	
7901501	Manteiga com ou sem sal	24,00	2,00	-	24,00	0,02	576,00	-	24,00	-	0,09	1,00	
7901505	Manteiga de garrafa	24,00	2,00	-	24,00	0,02	576,00	-	24,00	-	0,09	1,00	
7901602	Margarina com ou sem sal	30,00	3,00	-	23,00	-	943,00	-	42,00	0,04	0,20	-	
7901701	Queijo prato	731,00	26,00	0,01	524,00	0,25	528,00	-	95,00	0,03	3,13	16,30	
7901703	Queijo colonial	731,00	26,00	0,01	524,00	0,25	528,00	-	95,00	0,03	3,13	16,30	
7901705	Queijo de colônia	731,00	26,00	0,01	524,00	0,25	528,00	-	95,00	0,03	3,13	16,30	
7901801	Queijo muçarela	575,00	21,00	0,01	412,00	0,20	415,00	-	75,00	0,02	2,46	16,10	
7901803	Muçarela	575,00	21,00	0,01	412,00	0,20	415,00	-	75,00	0,02	2,46	16,10	
7901807	Muçarela de búfala	575,00	21,00	0,01	412,00	0,20	415,00	-	75,00	0,02	2,46	16,10	
7901809	Queijo de búfala	575,00	21,00	0,01	412,00	0,20	415,00	-	75,00	0,02	2,46	16,10	
7901901	Queijo de reino	700,00	29,00	0,01	546,00	0,24	819,00	-	121,00	0,04	3,90	14,50	
7902001	Queijo de minas	529,00	33,00	0,01	829,00	0,20	1587,00	-	330,00	0,03	2,36	12,40	
7902003	Queijo de manteiga	575,00	21,00	0,01	412,00	0,20	415,00	-	75,00	0,02	2,46	16,10	
7902004	Quechimiá	529,00	33,00	0,01	829,00	0,20	1587,00	-	330,00	0,03	2,36	12,40	
7902005	Queijo de coalho	746,00	27,00	0,01	444,00	0,72	536,00	-	81,00	0,03	3,00	14,50	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
7902008	Queijo canastra	529,00	33,00	0,01	829,00	0,20	1587,00	-	330,00	0,03	2,36	12,40	
7902201	Queijo ricota	207,00	11,00	0,01	158,00	0,38	84,00	-	105,00	0,02	1,16	14,50	
7902301	Leite de soja com sabor	26,35	23,43	0,16	68,93	1,04	57,60	-	127,03	0,10	0,23	2,59	
7902303	Ades original	25,00	25,00	0,22	52,00	0,64	51,00	-	118,00	0,13	0,12	4,80	
7902403	Queijo ralado	1109,00	38,00	0,09	729,00	0,90	1529,00	-	125,00	0,24	3,87	17,70	
7902501	Queijo provolone	756,00	28,00	0,01	496,00	0,52	876,00	-	138,00	0,03	3,23	14,50	
7902801	Queijo polenguinho	80,00	6,00	0,00	104,00	1,20	296,00	-	119,00	0,02	0,54	2,40	
7902901	Requeijão	112,00	8,00	0,01	146,00	1,68	296,00	-	167,00	0,02	0,76	4,00	
7902902	Queijo cremoso	112,00	8,00	0,01	146,00	1,68	296,00	-	167,00	0,02	0,76	4,00	
7903001	Queijo não especificado	552,00	27,00	0,01	513,00	0,19	1489,00	-	169,00	0,02	2,84	14,40	
7903101	Leite com sabor	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91	
7903102	Leite achocolatado	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91	
7903109	Leite aRomãtizado	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91	
7903110	Bebida achocolatada	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91	
7903201	Nata	96,00	9,00	0,00	80,00	0,04	40,00	-	122,00	0,01	0,27	0,60	
7903301	Queijo gorgonzola	528,00	23,00	0,01	387,00	0,31	1395,00	-	256,00	0,04	2,66	14,50	
7903402	Tofu	111,00	27,00	0,39	92,00	1,11	8,00	-	120,00	0,16	0,64	8,90	
7903501	Leite de soja em pó	182,41	150,64	1,37	484,31	8,94	1263,13	-	1003,19	0,78	2,05	14,92	
7903601	Leite de vaca desnatado	125,56	11,05	0,00	101,46	0,03	42,19	-	156,70	0,01	0,42	3,11	
7903702	Leite de vaca semidesnatado	119,00	11,00	0,00	95,00	0,03	44,00	-	150,00	0,01	0,42	3,30	
7903801	Leite não especificado pasteurizado	113,05	10,00	0,00	91,04	0,03	40,02	-	143,06	0,01	0,40	3,70	
7903901	logurte de qualquer sabor <i>light</i>	152,00	15,00	0,07	119,00	0,07	58,00	-	195,00	0,08	0,74	3,10	
7904001	logurte de qualquer sabor <i>diet</i>	66,71	6,69	0,02	59,00	0,06	33,45	-	85,59	0,03	0,28	2,11	
7904201	Margarina <i>light</i>	2,40	0,65	0,00	1,78	0,00	500,57	-	6,07	0,01	0,07	-	
7904301	Leite de vaca integral orgânico	113,05	10,00	0,00	91,04	0,03	40,02	-	143,06	0,01	0,40	3,70	
7904401	Leite de vaca fresco orgânico	113,05	10,00	0,00	91,04	0,03	40,02	-	143,06	0,01	0,40	3,70	
7904601	Leite semidesnatado de vaca orgânico	119,00	11,00	0,00	95,00	0,03	44,00	-	150,00	0,01	0,42	3,30	
7904701	Creme de leite orgânico	69,00	7,00	0,00	61,00	0,03	34,00	-	97,00	0,01	0,25	0,50	
7904801	logurte de qualquer sabor orgânico	120,93	11,52	0,03	98,07	0,09	44,78	-	162,44	0,02	0,44	3,99	
7904803	logurte de qualquer sabor desnatado orgânico	152,00	15,00	0,04	119,00	0,07	58,00	-	194,00	0,01	0,74	6,00	
7904804	logurte natural de qualquer sabor orgânico	121,00	12,00	0,00	95,00	0,05	46,00	-	155,00	0,01	0,59	2,20	
7905103	Muçarela <i>light</i>	731,00	26,00	0,01	524,00	0,25	16,00	-	95,00	0,03	3,13	16,30	
7905104	Queijo muçarela <i>light</i>	731,00	26,00	0,01	524,00	0,25	16,00	-	95,00	0,03	3,13	16,30	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
7905201	Leite de soja com sabor <i>light</i>	19,65	17,78	0,11	52,86	0,69	49,55	-	92,63	0,07	0,15	2,13
7905203	Ades <i>light</i>	15,53	13,60	0,08	39,92	0,54	49,27	-	70,92	0,05	0,12	1,58
7905601	Creme de leite <i>light</i>	96,00	16,00	0,00	151,00	-	144,00	-	206,00	0,02	0,81	2,90
7905901	Queijo prato <i>light</i>	704,84	18,04	0,01	276,48	0,44	847,57	-	62,81	0,02	1,99	8,90
7906001	Queijo de minas <i>light</i>	69,00	6,00	0,00	151,00	0,16	406,00	-	96,00	0,03	0,42	10,20
7906005	Queijo de coalho <i>light</i>	704,84	18,04	0,01	276,48	0,44	847,57	-	62,81	0,02	1,99	8,90
7906201	Queijo ricota <i>light</i>	181,10	17,66	0,00	119,48	0,11	83,87	-	201,46	0,01	0,56	2,51
7906303	Queijo ralado <i>light</i>	1109,00	38,00	0,09	729,00	0,90	1529,00	-	125,00	0,24	3,87	17,70
7906401	Queijo polenguinho <i>light</i>	112,00	8,00	0,01	146,00	1,68	296,00	-	167,00	0,02	0,76	4,00
7906501	Requeijão <i>light</i>	112,00	8,00	0,01	146,00	1,68	296,00	-	167,00	0,02	0,76	4,00
7906601	Queijo não especificado <i>light</i>	69,00	6,00	0,00	151,00	0,16	406,00	-	96,00	0,03	0,42	10,20
7906702	Leite achocolatado <i>light</i>	115,00	13,00	0,08	103,00	0,24	61,00	-	170,00	0,07	0,41	1,90
7906710	Bebida achocolatada <i>light</i>	115,00	13,00	0,08	103,00	0,24	61,00	-	170,00	0,07	0,41	1,90
7906801	Leite com sabor <i>diet</i>	147,69	17,76	0,08	115,69	0,17	71,79	-	188,49	0,09	0,97	4,12
7906802	Leite achocolatado <i>diet</i>	147,69	17,76	0,08	115,69	0,17	71,79	-	188,49	0,09	0,97	4,12
7906810	Bebida achocolatada <i>diet</i>	147,69	17,76	0,08	115,69	0,17	71,79	-	188,49	0,09	0,97	4,12
7906901	Leite de soja em pó <i>light</i>	1576,55	37,64	0,72	318,37	6,12	622,02	-	656,75	0,63	1,62	6,55
7907001	Leite em pó com sabor	37,00	98,00	0,71	128,00	3,14	210,00	-	591,00	0,71	1,55	2,60
7907101	Manteiga com ou sem sal <i>light</i>	12,65	1,21	0,00	11,63	0,01	36,64	-	11,63	0,01	0,04	0,48
7907301	Queijo de minas frescal orgânico	529,00	33,00	0,01	829,00	0,20	1587,00	-	330,00	0,03	2,36	12,40
7907305	Queijo de coalho frescal orgânico	746,00	27,00	0,01	444,00	0,72	536,00	-	81,00	0,03	3,00	14,50
Panificados												
8000103	Pão de hambúrguer	138,00	21,00	0,27	62,00	3,32	479,00	-	94,00	0,22	0,66	19,50
8000105	Pão de sal	16,00	25,00	0,46	95,00	1,00	648,00	-	142,00	0,13	0,80	-
8000201	Pão doce	32,49	18,08	0,44	73,44	2,09	207,79	-	98,68	0,11	0,50	14,37
8000203	Chineque	32,49	18,08	0,44	73,44	2,09	194,29	-	98,68	0,11	0,50	14,37
8000218	Chineque com farofa	32,49	18,08	0,44	73,44	2,09	194,29	-	98,68	0,11	0,50	14,37
8000229	Pão de mel	89,98	107,00	0,94	73,67	3,54	153,34	-	600,85	0,31	0,61	18,83
8000234	Panetone	19,44	15,99	0,39	96,56	2,85	210,02	-	139,79	0,10	0,58	25,50
8000237	Bisnaguinha	178,00	26,00	0,58	122,00	3,72	536,00	-	139,00	0,14	0,99	26,80
8000240	<i>Croissant</i>	52,94	16,93	0,37	114,31	2,70	130,47	-	129,95	0,09	0,65	22,00
8000501	Pão de forma industrializado de qualquer marca	151,00	23,00	0,48	99,00	3,74	681,00	-	100,00	0,25	0,74	17,30
8000801	Pão de queijo	102,00	8,00	0,03	94,00	0,30	773,00	-	93,00	0,01	0,60	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8001101	Pão de milho	71,00	19,82	0,22	373,82	1,86	774,22	-	126,11	0,06	0,62	8,91
8001401	Pão integral	107,00	82,00	2,14	202,00	2,43	472,00	-	248,00	0,38	1,80	40,30
8001501	Pão não especificado	16,00	25,00	0,46	95,00	1,00	648,00	-	142,00	0,13	0,80	-
8001901	Torrada de qualquer pão	19,00	32,00	0,55	114,00	1,20	829,00	-	189,00	0,16	0,90	-
8002001	Rosca doce	66,53	10,54	0,28	75,85	1,62	175,07	-	74,07	0,06	0,40	13,22
8002002	Rosquinha doce	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002101	Rosca salgada	213,03	19,04	0,24	208,42	1,93	511,00	-	143,54	0,09	1,42	19,32
8002106	Rosquinha salgada	20,00	40,00	-	148,00	2,20	854,00	-	181,00	0,18	1,10	-
8002201	Biscoito salgado	20,00	40,00	-	148,00	2,20	854,00	-	181,00	0,18	1,10	-
8002205	Presuntinho biscoito	31,34	18,25	0,55	92,97	3,76	833,41	-	96,79	0,14	0,62	30,22
8002212	Biscoito de polvilho	18,28	3,56	0,01	60,96	0,57	536,68	-	45,01	-	0,37	10,92
8002225	Bolacha salgada	20,00	40,00	-	148,00	2,20	854,00	-	181,00	0,18	1,10	-
8002227	Chips (salgadinhos)	2,47	24,52	0,13	73,50	3,05	601,77	-	106,52	0,05	0,50	23,70
8002230	Baconzitos	31,34	18,25	0,55	92,97	3,76	833,41	-	96,79	0,14	0,62	30,22
8002236	Biscoito salgado integral	28,91	115,73	3,19	290,12	3,27	643,70	-	339,73	0,32	2,46	65,93
8002301	Biscoito doce	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002302	Cavaco chinês	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002305	Sequillo	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002306	Tareço	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002309	Solda	20,00	40,00	-	148,00	2,20	854,00	-	181,00	0,18	1,10	-
8002315	Brevidade	29,07	3,74	0,15	45,40	0,38	162,40	-	39,93	0,02	0,30	7,41
8002334	Bolacha doce	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002335	Maria maluca (bolacha doce)	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002405	Quebra-quebra	54,00	37,00	-	166,00	1,80	352,00	-	142,00	0,17	1,00	-
8002502	Rocambole	45,49	9,84	0,13	93,20	1,18	50,56	-	92,24	0,04	0,53	15,22
8002503	Cuca de qualquer tipo	32,49	18,08	0,44	73,44	2,09	194,29	-	98,68	0,11	0,50	14,37
8002601	Bolo de milho	83,00	10,00	0,11	128,00	0,70	134,00	-	118,00	0,04	0,40	-
8002604	Amidomil (bolinho)	83,00	10,00	0,11	128,00	0,70	134,00	-	118,00	0,04	0,40	-
8002605	Angusor de milho	83,00	10,00	0,11	128,00	0,70	134,00	-	118,00	0,04	0,40	-
8002609	Grustoli (bolinho doce)	80,51	11,37	0,28	90,04	1,95	211,11	-	78,11	0,06	0,44	16,00
8002701	Bolo de aipim	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8002702	Bolo de tapioca	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8002703	Bolo de macaxeira	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8002704	Bolo de goma	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8002801	Bolo de batata-doce	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8002901	Bolo de arroz	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8003101	Bolo de cará	85,00	10,00	0,11	122,00	0,50	111,00	-	135,00	0,05	0,40	-
8003501	Tortas doces de qualquer sabor	51,33	9,40	0,07	51,12	0,40	148,33	-	81,32	0,04	0,25	4,52
8003601	Tortas salgadas de qualquer sabor	17,95	12,00	0,15	49,97	1,17	161,34	-	205,70	0,10	0,53	5,38
8003701	Sonho	40,17	12,42	0,25	93,10	1,94	132,89	-	110,06	0,06	0,53	15,74
8003702	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos)	80,51	11,37	0,28	90,04	1,95	211,11	-	78,11	0,06	0,44	16,00
8003801	Bolo de chocolate	33,65	29,57	0,30	133,44	2,67	63,07	-	151,89	0,20	0,93	17,03
8003902	Brioche	35,30	16,35	0,38	117,86	2,90	225,41	-	120,31	0,09	0,71	25,57
8004001	Bolo de laranja	68,71	32,54	0,64	82,73	1,98	102,03	-	255,24	0,19	0,65	12,46
8004101	Bolo de coco	22,51	15,82	0,48	91,55	1,52	78,47	-	161,56	0,08	0,73	18,33
8004201	Bolo de cenoura	25,69	9,25	0,25	57,53	1,26	240,28	-	106,73	0,04	0,36	11,65
8004601	Bolo de trigo	23,76	10,13	0,15	88,97	1,46	47,87	-	132,31	0,04	0,55	18,60
8004701	Broa	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8004801	Biscoito recheado	27,00	48,00	-	139,00	2,30	239,00	-	232,00	0,27	1,00	-
8004807	Waffer (biscoito)	34,82	23,45	0,47	91,23	2,82	717,78	-	114,85	0,20	0,70	23,79
8004809	Alfajores (biscoito)	68,59	26,03	0,49	102,32	3,09	354,18	-	119,45	0,17	0,59	21,11
8004810	Bolacha recheada	27,00	48,00	-	139,00	2,30	239,00	-	232,00	0,27	1,00	-
8004813	Rosca recheada	53,67	56,23	0,65	112,99	3,25	151,83	-	182,93	0,44	1,37	12,72
8004814	Rosquinha recheada de qualquer sabor	27,00	48,00	-	139,00	2,30	239,00	-	232,00	0,27	1,00	-
8005201	Biscoito não especificado	20,00	40,00	-	148,00	2,20	854,00	-	181,00	0,18	1,10	-
8006101	Crepe	91,91	21,82	0,13	163,00	1,54	332,45	50,00	198,64	0,09	2,70	13,68
8006501	Pão diet (de forma industrializado)	80,00	39,00	0,85	102,00	2,96	511,00	-	122,00	0,14	1,12	30,40
8006601	Pão light (de forma industrializado)	80,00	39,00	0,85	102,00	2,96	511,00	-	122,00	0,14	1,12	30,40
8006701	Pão de queijo light	102,00	8,00	0,03	94,00	0,30	773,00	-	93,00	0,01	0,60	-
8006801	Pão integral light	80,00	39,00	0,85	102,00	2,96	511,00	-	122,00	0,14	1,12	30,40
8007001	Tortas doces de qualquer sabor light	51,45	9,66	0,07	51,53	0,41	236,66	-	82,69	0,05	0,26	4,53
8007101	Tortas doces de qualquer sabor diet	52,43	8,34	0,06	49,79	0,52	141,83	-	108,17	0,04	0,21	4,43
8007302	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) light	93,20	13,18	0,33	104,40	2,26	244,63	-	90,26	0,07	0,51	18,46
8007402	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) diet	93,20	13,18	0,33	104,40	2,26	244,63	-	90,26	0,07	0,51	18,46
8007501	Bolo de chocolate light	43,44	32,20	0,49	82,61	2,59	150,69	-	103,85	0,29	1,02	11,53
8007601	Bolo de chocolate diet	43,44	32,20	0,49	82,61	2,59	150,69	-	103,85	0,29	1,02	11,53

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8007701	Bolo de laranja <i>light</i>	67,71	32,47	0,64	81,64	1,98	104,21	-	254,15	0,19	0,65	12,41
8008001	Bolo de coco <i>diet</i>	43,44	32,20	0,49	82,61	2,59	150,69	-	103,85	0,29	1,02	11,53
8008201	Bolo de cenoura <i>diet</i>	23,47	9,09	0,25	55,11	1,26	245,13	-	104,32	0,04	0,35	11,55
8008301	Biscoito recheado <i>light</i>	18,24	54,30	0,62	109,86	3,11	558,19	-	182,37	0,40	0,90	14,99
8008305	Biscoito waffer <i>light</i>	18,60	10,59	0,30	54,05	2,01	379,36	-	59,82	0,09	0,35	18,01
8008307	Waffer (biscoito) <i>light</i>	18,60	10,59	0,30	54,05	2,01	379,36	-	59,82	0,09	0,35	18,01
8008309	Alfajores (biscoito) <i>light</i>	18,24	54,30	0,62	109,86	3,11	558,19	-	182,37	0,40	0,90	14,99
8008310	Bolacha recheada <i>light</i>	18,24	54,30	0,62	109,86	3,11	558,19	-	182,37	0,40	0,90	14,99
8008401	Biscoito recheado <i>diet</i>	49,30	32,86	0,38	83,80	2,07	459,74	-	110,47	0,25	0,63	9,21
8008408	Rosquinha recheada de qualquer sabor <i>diet</i>	49,30	32,86	0,38	83,80	2,07	459,74	-	110,47	0,25	0,63	9,21
8008410	Bolacha recheada <i>diet</i>	49,30	32,86	0,38	83,80	2,07	459,74	-	110,47	0,25	0,63	9,21
8010001	Pão doce <i>diet</i>	29,48	10,75	0,39	63,81	1,89	197,86	-	74,97	0,06	0,39	14,09
8010029	Pão de mel <i>diet</i>	88,07	106,86	0,94	71,59	3,54	157,52	-	598,77	0,31	0,60	18,74
8010034	Panetone <i>diet</i>	19,44	15,99	0,39	96,56	2,85	210,02	-	139,79	0,10	0,58	25,50
8010101	Biscoito salgado <i>light</i>	46,22	40,70	1,78	174,41	4,00	899,27	-	170,85	0,19	1,70	37,57
8010125	Bolacha salgada <i>light</i>	46,22	40,70	1,78	174,41	4,00	899,27	-	170,85	0,19	1,70	37,57
8010127	Chips (salgadinhos) <i>light</i>	32,98	77,83	0,89	194,53	0,87	634,57	-	558,43	0,08	0,73	24,59
8010401	Biscoito doce <i>light</i>	19,33	44,76	1,11	113,01	2,56	546,40	-	170,02	0,15	0,90	27,57
8010434	Bolacha doce <i>light</i>	19,33	44,76	1,11	113,01	2,56	546,40	-	170,02	0,15	0,90	27,57
8010501	Biscoito doce <i>diet</i>	51,03	24,91	0,85	103,69	2,75	407,53	-	91,90	0,11	0,71	18,95
8010534	Bolacha doce <i>diet</i>	51,03	24,91	0,85	103,69	2,75	407,53	-	91,90	0,11	0,71	18,95
8010601	Bolo de banana	29,47	16,89	0,25	57,18	1,21	218,07	-	184,18	0,06	0,33	10,53
Carnes industrializadas												
8100101	Carne-seca	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-
8100101	Carne-seca	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-
8100101	Carne-seca	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-
8100101	Carne-seca	12,22	11,28	0,02	77,08	1,79	1826,42	-	80,84	0,03	7,24	2,74
8100101	Carne-seca	12,22	11,28	0,02	77,08	1,79	1826,42	-	80,84	0,03	7,24	2,74
8100101	Carne-seca	13,00	12,80	0,04	70,80	1,72	1659,20	-	135,00	0,05	6,20	0,04
8100101	Carne-seca	12,22	11,28	0,02	77,08	1,79	1826,42	-	80,84	0,03	7,24	2,74
8100102	Carne de charque	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-
8100102	Carne de charque	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-
8100102	Carne de charque	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	36,07	8,94	0,02	82,63	0,72	960,69	-	117,10	0,04	1,16	9,10	
8102101	Salsicha no varejo	10,60	12,80	0,05	90,80	1,11	748,80	-	217,40	0,06	1,54	11,56	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102101	Salsicha no varejo	16,49	8,28	0,01	78,68	0,81	1174,71	-	108,81	0,05	1,34	9,92	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,60	12,80	0,05	90,80	1,11	748,80	-	217,40	0,06	1,54	11,56	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	10,00	12,00	0,04	107,00	1,13	805,00	-	189,00	0,04	1,87	14,40	
8102207	Linguiça de frango	14,00	21,00	0,10	228,00	0,70	1351,00	-	356,00	0,09	1,00	-	
8102207	Linguiça de frango	14,00	21,00	0,10	228,00	0,70	1351,00	-	356,00	0,09	1,00	-	
8102207	Linguiça de frango	14,00	21,00	0,10	228,00	0,70	1351,00	-	356,00	0,09	1,00	-	
8102207	Linguiça de frango	14,00	21,00	0,10	228,00	0,70	1351,00	-	356,00	0,09	1,00	-	
8102207	Linguiça de frango	15,00	29,00	0,10	262,00	0,80	1374,00	-	364,00	0,04	1,20	-	
8102401	Chouriço	6,00	8,00	0,01	22,00	6,40	680,00	-	38,00	0,04	1,30	15,50	
8102402	Morceia	6,00	8,00	0,01	22,00	6,40	680,00	-	38,00	0,04	1,30	15,50	
8102403	Morcilha	6,00	8,00	0,01	22,00	6,40	680,00	-	38,00	0,04	1,30	15,50	
8102403	Morcilha	6,00	8,00	0,01	22,00	6,40	680,00	-	38,00	0,04	1,30	15,50	
8102501	Paio	13,00	17,00	0,01	163,00	1,36	749,00	-	294,00	0,09	2,08	-	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
8102601	Mortadela	11,00	11,00	0,02	98,00	0,66	930,00	-	199,00	0,06	1,66	13,50	
8102701	Salame	15,00	19,00	0,98	191,00	1,56	1449,00	-	316,00	0,36	2,93	31,30	
8102702	Salaminho	15,00	19,00	0,98	191,00	1,56	1449,00	-	316,00	0,36	2,93	31,30	
8102801	Blanquet de peru	8,00	22,00	0,02	294,00	2,34	1114,00	-	287,00	0,25	2,59	32,20	
8102901	Presunto	8,00	17,00	0,03	243,00	1,37	941,00	-	357,00	0,13	2,50	35,90	
8103001	Hambúrguer de peru	73,66	21,08	0,13	151,90	1,50	118,30	197,00	198,94	0,10	1,55	20,35	
8103001	Hambúrguer de peru	73,66	21,08	0,13	151,90	1,50	118,30	197,00	198,94	0,10	1,55	20,35	
8103001	Hambúrguer de peru	73,66	21,08	0,13	151,90	1,50	118,30	197,00	198,94	0,10	1,55	23,49	
8103101	Hambúrguer não especificado	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
8103101	Hambúrguer não especificado	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
8103101	Hambúrguer não especificado	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
8103101	Hambúrguer não especificado	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	22,78	
8103101	Hambúrguer não especificado	13,00	21,00	0,01	193,00	2,89	61,00	499,00	300,00	0,08	6,65	21,60	
8103601	Apresuntado	8,00	22,00	0,04	281,00	1,34	1500,00	-	409,00	0,15	2,47	19,80	
8103901	Pururuca de porco	30,00	11,00	0,07	85,00	0,88	1838,00	-	127,00	0,09	0,56	41,00	
8103902	Pele de porco preparada (pururuca)	30,00	11,00	0,07	85,00	0,88	1838,00	-	127,00	0,09	0,56	41,00	
8104001	Patê fígado, calabresa, frango, presunto, etc.)	26,00	12,00	0,16	230,00	6,40	860,00	-	170,00	0,24	2,30	58,00	
8104101	Carne de aves defumada	15,00	27,00	0,02	216,00	1,06	77,00	333,00	247,00	0,05	1,23	25,58	
8104601	Carne salgada não especificada	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-	
8104601	Carne salgada não especificada	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-	
8104601	Carne salgada não especificada	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-	
8104601	Carne salgada não especificada	12,22	11,28	0,02	77,08	1,79	1826,42	-	80,84	0,03	7,24	2,74	
8104601	Carne salgada não especificada	12,22	11,28	0,02	77,08	1,79	1826,42	-	80,84	0,03	7,24	2,74	
8104601	Carne salgada não especificada	13,00	12,80	0,04	70,80	1,72	1659,20	-	135,00	0,05	6,20	0,04	
8104601	Carne salgada não especificada	13,00	12,00	0,02	82,00	1,90	1943,00	-	86,00	0,03	7,70	-	
8104904	Mini chicken empanado	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
8104904	Mini chicken empanado	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
8104904	Mini chicken empanado	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
8104904	Mini chicken empanado	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
8104904	Mini chicken empanado	9,85	17,73	0,11	121,52	1,36	704,38	-	138,84	0,05	0,71	16,45	
8105001	Mortadela light	48,00	17,00	0,16	94,00	1,15	716,00	-	138,00	0,08	0,73	5,60	
8105201	Salsicha no varejo light	10,00	10,00	0,01	140,00	1,20	1257,00	-	150,00	0,08	1,96	15,10	
8105401	Salame light	9,88	12,67	0,01	95,12	0,78	999,07	-	124,77	0,04	1,41	11,44	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8203603	Cevada em pó	29,00	79,00	1,32	221,00	2,50	9,00	-	280,00	0,42	2,13	37,70
8204503	Chocomilk	112,44	13,05	0,08	101,39	0,24	60,23	-	167,65	0,07	0,41	1,91
8204902	Água tônica tradicional	2,00	1,00	0,00	-	0,11	9,00	-	1,00	0,00	0,04	-
8205201	Chá diet (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	2,98	0,22	0,99	0,02	2,98	-	36,77	0,01	0,02	0,00
8205402	Paraguai refrigerante tradicional	1,00	-	-	-	-	9,00	-	1,00	-	-	-
8205803	Gatorade	1,00	2,00	0,05	7,00	0,22	30,01	-	14,01	0,25	0,20	0,30
8205901	Bebida energética	13,10	3,02	0,00	-	0,02	84,65	-	3,02	0,01	-	0,20
8206301	Chá (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	3,00	0,22	1,00	0,02	3,00	-	37,03	0,01	0,02	-
8206402	Café solúvel <i>capuccino</i>	4,05	3,12	0,01	1,96	0,03	50,10	-	22,94	0,01	0,02	0,11
8207401	Refrigerante de guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	15,00	-	-	-	-	-
8207402	Guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	15,00	-	-	-	-	-
8207601	Refrigerante de limão <i>diet</i>	4,00	1,00	0,02	-	0,04	6,01	-	2,00	0,03	-	-
8207705	Fanta uva <i>light</i>	4,00	1,00	0,02	-	0,04	6,01	-	2,00	0,03	-	-
8208104	Mate <i>light</i>	4,70	1,13	38,34	0,88	0,15	0,27	-	11,01	0,30	1,30	0,07
8209002	Água tônica <i>light</i>	2,00	1,00	0,00	-	0,11	9,00	-	1,00	0,00	0,04	-
8209102	Paraguai refrigerante <i>light</i>	3,00	1,00	0,11	9,01	0,11	8,01	-	8,01	0,00	0,01	-
8211002	Q-suco <i>light</i>	5,68	-	0,00	-	0,02	1,68	-	0,20	0,01	0,00	0,03
8211003	Q-refresko <i>light</i>	5,68	-	0,00	-	0,02	1,68	-	0,20	0,01	0,00	0,03
8211102	Q-suco <i>diet</i>	5,68	-	0,00	-	0,02	1,68	-	0,20	0,01	0,00	0,03
8212401	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>light</i>	3,39	1,79	0,00	0,74	0,01	24,95	-	8,81	0,01	0,01	0,03
8212501	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>diet</i>	3,39	1,79	0,00	0,74	0,01	24,95	-	8,81	0,01	0,01	0,03
8212902	Água tônica <i>diet</i>	2,00	1,00	0,00	-	0,11	9,00	-	1,00	0,00	0,04	-
8212906	Refrigerante de quinino dietético	2,00	1,00	0,00	-	0,11	9,00	-	1,00	0,00	0,04	-
8213003	Chá mate orgânico	4,70	1,13	38,34	0,88	0,15	0,27	-	11,01	0,30	1,30	0,07
8213004	Chimarrão orgânico	4,70	1,13	38,34	0,88	0,15	0,27	-	11,01	0,30	1,30	0,07
8213601	Suco de clorofila	12,97	7,53	0,08	4,56	0,29	52,14	-	37,97	0,01	0,06	0,12
8273902	Café com farinha	33,50	20,00	0,01	22,50	0,56	1,50	-	194,52	0,04	0,21	-
Bebidas alcoólicas												
8300101	Cerveja (com ou sem álcool)	4,02	6,03	0,01	14,06	0,02	4,02	-	27,12	0,01	0,01	0,60
8300201	Chopp	4,02	6,03	0,01	14,06	0,02	4,02	-	27,12	0,01	0,01	0,60
8300301	Aguardente	-	-	-	-	-	3,00	-	-	0,06	-	-
8300302	Cachaça	-	-	-	-	-	3,00	-	-	0,06	-	-
8300501	Batida de qualquer sabor	7,07	8,26	0,37	17,54	0,39	1,60	-	92,64	0,08	0,16	0,24

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
8300701	Rum	-	-	0,02	3,99	0,04	1,00	-	1,99	0,02	0,04	-	-
8300801	Vodka	-	-	0,02	3,76	0,04	0,94	-	1,88	0,02	0,04	-	-
8301001	Uisque	-	-	0,02	3,99	0,04	1,00	-	1,99	0,02	0,04	-	-
8301002	Whisky	-	-	0,02	3,99	0,04	1,00	-	1,99	0,02	0,04	-	-
8301201	Champanhe	9,00	10,00	0,12	18,00	0,27	5,00	-	71,00	0,00	0,12	0,10	-
8301202	Sidra champanhe	9,00	10,00	0,12	18,00	0,27	5,00	-	71,00	0,00	0,12	0,10	-
8301501	Martini	1,62	2,43	0,04	7,73	0,12	1,58	-	27,29	0,02	0,06	0,04	-
8301601	Conhaque	-	-	0,02	4,00	0,04	1,00	-	2,00	0,02	0,04	-	-
8301701	Drink dreher	-	-	-	-	-	3,00	-	-	-	0,06	-	-
8301901	Licor de qualquer sabor	1,00	-	0,02	1,00	0,06	1,99	-	1,99	0,08	0,07	0,50	-
8302409	Cajuína	-	-	-	-	-	15,00	-	-	-	-	-	-
8302415	Vinho	7,95	11,93	0,13	22,87	0,46	3,98	-	126,26	0,01	0,14	0,20	-
8302416	Catuaba	-	-	-	-	-	3,00	-	-	-	0,06	-	-
8302901	Coquetel de frutas	7,07	8,26	0,37	17,54	0,39	1,60	-	92,64	0,08	0,16	0,24	-
8303101	Caipirinha	5,75	2,55	0,01	2,34	0,04	14,38	-	27,17	0,01	0,07	0,27	-
8303501	Bebida alcoólica	-	-	-	-	-	3,00	-	-	-	0,06	-	-
8303615	Vinho orgânico	7,95	11,93	0,13	22,87	0,46	3,98	-	126,26	0,01	0,14	0,20	-
8304301	Cerveja (com ou sem álcool) light	4,00	5,00	0,01	12,00	0,03	4,00	-	21,00	0,01	0,01	0,40	-
8304502	Caxiri (aguardente de mandioca)	-	-	-	-	-	3,00	-	-	-	0,06	-	-
Óleos e gorduras													
8400101	Azeite de oliva	1,00	-	-	-	0,56	2,01	-	1,00	-	-	-	-
8400301	Óleo de soja	-	-	-	-	0,05	-	-	-	-	0,01	45,61	-
8401801	Banha suína	-	-	-	-	-	-	-	-	0,07	0,11	0,20	-
8403001	Banha bovina	19,00	6,00	-	64,00	1,08	23,00	-	99,00	0,04	1,24	8,30	-
8403201	Óleo não especificado	-	-	-	-	0,05	-	-	-	-	0,01	45,61	-
8403501	Óleo de dendê	-	-	-	-	-	-	-	-	0,10	-	-	-
Miscelâneas													
8500201	Salgadinho	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36	-
8500202	Pastel (queijo, carne, palmito, etc.)	18,34	16,77	0,31	108,95	2,48	413,20	100,00	127,61	0,09	0,93	30,81	-
8500203	Croquete	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36	-
8500205	Coxinha	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36	-
8500206	Empada (queijo, carne, camarão, etc.)	12,56	11,32	0,19	74,34	1,06	193,95	-	136,56	0,07	0,43	8,46	-
8500207	Rissole (queijo, carne, camarão, etc.)	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8500209	Acarajé	124,00	51,00	0,59	142,00	1,90	305,00	-	354,00	0,23	1,20	-
8500210	Torresmo	30,00	11,00	0,07	85,00	0,88	1838,00	-	127,00	0,09	0,56	41,00
8500211	Quiabe	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36
8500212	Abará (Bahia)	124,00	51,00	0,59	142,00	1,90	305,00	-	354,00	0,23	1,20	-
8500213	Paçoca de carne de sol	38,61	24,14	0,01	59,54	1,44	913,71	-	210,42	0,05	3,82	1,37
8500215	Angu frito	3,43	5,28	0,02	12,39	0,64	250,52	-	22,89	0,02	0,08	2,80
8500217	Angu de milho	2,96	5,25	0,02	11,92	0,64	239,26	-	22,42	0,02	0,08	2,78
8500218	Polenta	3,43	5,28	0,02	12,39	0,64	250,52	-	22,89	0,02	0,08	2,80
8500222	Esfirra	240,03	16,11	0,33	183,37	2,46	821,95	-	71,72	0,08	0,89	19,86
8500223	Esfirra de carne	20,68	14,56	0,26	107,97	2,43	224,21	-	156,63	0,09	2,22	18,10
8500224	Esfirra de queijo	240,03	16,11	0,33	183,37	2,46	821,95	-	71,72	0,08	0,89	19,86
8500225	Esfirra de ricota	174,34	14,80	0,33	133,71	2,51	759,07	-	82,56	0,08	0,64	19,99
8500226	Esfirra de frango	18,20	11,13	0,23	82,28	1,34	539,30	-	125,58	0,09	0,77	12,18
8500227	Enroladinho	84,48	19,50	0,18	154,25	2,05	165,16	-	213,11	0,08	2,49	21,36
8500228	Bolinho de aipim	29,98	26,23	0,29	89,76	1,29	398,23	-	333,13	0,13	1,36	9,69
8500232	Bolinho de bacalhau	48,92	25,86	0,08	184,31	0,96	377,44	-	165,21	0,09	0,63	41,40
8500302	Cachorro-quente	70,41	16,56	0,15	69,34	1,89	868,34	-	123,95	0,13	0,93	14,43
8500303	Hambúrguer (sanduíche)	93,00	24,31	0,22	101,47	2,71	472,53	-	221,58	0,18	2,16	18,50
8500304	Cheeseburger	147,00	24,62	0,19	149,88	2,42	592,12	-	215,39	0,16	2,24	18,02
8500305	Eggsburger	60,17	16,20	0,10	121,64	2,10	461,19	-	177,98	0,11	2,19	20,92
8500307	Bauru	106,84	18,64	0,11	186,11	1,46	890,09	-	234,27	0,12	1,46	14,21
8500308	Americano	118,49	16,21	0,20	146,27	1,73	474,56	-	154,10	0,11	1,00	20,29
8500313	Misto-quente ou frio	168,76	22,53	0,19	252,02	1,90	1175,68	-	235,32	0,15	1,83	16,99
8500315	Sanduíche de queijo prato	281,22	23,25	0,29	236,17	2,32	972,56	-	120,36	0,16	1,43	15,34
8500316	Sanduíche de salame	96,69	17,36	0,28	98,27	2,58	839,12	-	110,33	0,18	1,10	15,54
8500317	Sanduíche de presunto	63,46	17,85	0,20	141,52	1,86	844,22	-	223,88	0,15	1,18	13,42
8500318	Sanduíche de queijo prato com presunto	168,76	22,53	0,19	252,02	1,90	1175,68	-	235,32	0,15	1,83	16,99
8500319	Sanduíche de mortadela	103,26	18,81	0,38	104,67	2,66	824,32	-	138,46	0,19	1,22	14,66
8500320	Sanduíche de queijo minas	281,22	23,25	0,29	236,17	2,32	972,56	-	120,36	0,16	1,43	15,34
8500321	Cheese egg	147,00	24,62	0,19	149,88	2,42	592,12	-	215,39	0,16	2,24	18,02
8500322	Cheese tudo	147,00	24,62	0,19	149,88	2,42	592,12	-	215,39	0,16	2,24	18,02
8500323	Sanduíche natural	81,83	20,07	0,25	103,37	2,22	436,03	-	147,94	0,15	0,94	14,15
8500401	Suco	7,97	10,95	0,01	13,94	0,44	1,99	-	174,27	0,06	0,07	0,10

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
8500402	Suco de abacaxi	13,05	12,05	0,51	8,03	0,31	2,01	-	130,51	0,07	0,11	0,10	
8500403	Suco de acerola	10,02	12,03	0,07	9,02	0,50	3,01	-	97,24	0,09	0,10	0,10	
8500404	Suco de beterraba	17,14	11,73	0,12	31,27	0,39	28,03	-	222,58	0,04	0,16	0,47	
8500405	Suco de cupuaçu	6,50	9,00	0,04	10,50	0,25	1,50	-	165,50	0,04	0,15	-	
8500406	Suco de goiaba	2,75	3,20	0,02	5,82	0,04	0,29	-	60,91	0,03	0,03	0,17	
8500407	Suco de laranja	7,97	10,95	0,01	13,94	0,44	1,99	-	174,27	0,06	0,07	0,10	
8500408	Suco de laranja com banana	7,66	15,85	0,08	16,91	0,42	1,85	-	233,27	0,07	0,10	0,34	
8500409	Suco de laranja e beterraba	17,14	11,73	0,12	31,27	0,39	28,03	-	222,58	0,04	0,16	0,47	
8500410	Suco de laranja e cenoura	17,14	11,73	0,12	31,27	0,39	28,03	-	222,58	0,04	0,16	0,47	
8500411	Suco de laranja cenoura e beterraba	17,14	11,73	0,12	31,27	0,39	28,03	-	222,58	0,04	0,16	0,47	
8500412	Suco de mamão	10,02	3,01	0,01	-	0,34	5,01	-	31,07	0,01	0,15	0,30	
8500413	Suco de manga	16,95	2,99	0,03	2,00	0,36	4,99	-	23,94	0,02	0,02	0,40	
8500414	Suco de maracujá	4,01	17,04	0,01	25,06	0,36	6,01	-	278,63	0,05	0,06	0,10	
8500415	Suco de melão	7,42	10,60	0,04	11,66	0,25	1,06	-	118,68	0,05	0,11	0,42	
8500416	Suco de morango	9,49	10,23	0,36	11,90	0,25	2,87	-	133,74	0,03	0,06	0,12	
8500417	Suco de pêssego	5,00	4,00	0,02	6,00	0,19	7,00	-	40,00	0,07	0,08	0,20	
8500418	Suco de pêssego em calda	5,00	4,00	0,02	6,00	0,19	7,00	-	40,00	0,07	0,08	0,20	
8500501	Vitamina	78,87	13,32	0,07	67,75	0,08	27,71	-	183,89	0,03	0,31	2,83	
8500503	Vitamina de banana	78,87	13,32	0,07	67,75	0,08	27,71	-	183,89	0,03	0,31	2,83	
8500504	Vitamina de banana com aveia	77,23	20,20	0,26	86,57	0,31	26,45	-	193,40	0,05	0,49	4,27	
8500505	Vitamina de mamão	85,55	9,23	0,00	65,81	0,04	29,10	-	156,10	0,01	0,30	2,81	
8500506	Vitamina de abacate	80,07	12,60	0,03	72,05	0,06	27,95	-	182,22	0,08	0,37	2,68	
8500507	Vitamina de morango	65,81	10,45	0,16	57,38	0,18	21,41	-	136,37	0,03	0,27	2,15	
8500508	Vitamina mista	59,34	9,76	0,04	49,21	0,07	19,83	-	158,11	0,02	0,23	2,02	
8500509	Vitamina de maçã	78,87	7,82	0,01	65,12	0,04	27,47	-	119,86	0,02	0,29	2,59	
8500601	Refresco	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500602	Refresco de caju	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500603	Refresco de groselha	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500604	Refresco de laranja	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500605	Refresco de maracujá	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500606	Refresco de limão	7,97	2,99	0,08	2,99	0,09	37,84	-	30,87	0,01	0,01	0,20	
8500801	Salada ou verdura cozida, exceto de fruta	140,00	20,00	0,44	30,00	1,16	16,00	199,00	116,00	0,04	0,23	0,50	
8500802	Salada de maionese	15,73	14,11	0,10	50,84	0,40	281,91	-	221,95	0,11	0,33	4,39	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)												
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)		
8500903	Pizza	99	Não se aplica	308,77	24,06	0,29	264,19	2,16	736,75	-	184,62	0,11	1,60	19,31
8500904	Lasanha pronta <i>light</i>	99	Não se aplica	150,19	19,89	0,16	145,82	1,46	319,00	-	206,39	0,09	1,65	15,60
8500905	<i>Nhoque</i>	99	Não se aplica	190,10	11,30	0,07	151,28	0,76	196,30	-	72,18	0,05	0,94	16,29
8500906	<i>Caneloni</i>	99	Não se aplica	66,90	19,10	0,17	84,01	1,42	430,52	-	234,53	0,09	1,02	7,34
8500907	<i>Capeleti</i>	99	Não se aplica	48,55	16,71	0,18	70,19	1,48	499,60	-	176,19	0,08	0,83	9,21
8500909	<i>Ravioli</i>	99	Não se aplica	48,55	16,71	0,18	70,19	1,48	499,60	-	176,19	0,08	0,83	9,21
8500910	<i>Calzone</i>	99	Não se aplica	213,03	19,04	0,24	208,42	1,93	511,00	-	143,54	0,09	1,42	19,32
8500913	Panqueca	99	Não se aplica	91,91	21,82	0,13	163,00	1,54	332,45	-	198,64	0,09	2,70	13,68
8500914	Pizza calabreza	99	Não se aplica	223,25	22,97	0,29	220,64	2,30	762,05	-	207,60	0,11	1,46	17,44
8500915	Pizza muçarela	99	Não se aplica	308,77	24,06	0,29	264,19	2,16	736,75	-	184,62	0,11	1,60	19,31
8500916	Pizza presunto	99	Não se aplica	223,25	22,97	0,29	220,64	2,30	762,05	-	207,60	0,11	1,46	17,44
8500917	Pizza portuguesa	99	Não se aplica	160,10	20,31	0,28	176,51	1,87	688,22	-	214,72	0,12	1,29	15,56
8500919	Macarronada	99	Não se aplica	12,24	15,39	0,21	61,22	1,34	82,21	-	137,20	0,09	1,05	16,28
8501004	Galeto	99	Não se aplica	15,00	23,00	0,02	182,00	1,26	82,00	333,00	223,00	0,07	1,94	25,08
8501104	Costela	99	Não se aplica	11,00	20,00	0,01	176,00	2,35	64,00	333,00	302,00	0,08	5,40	22,40
8501202	Pipoca doce ou salgada	99	Não se aplica	8,66	66,93	0,57	160,88	1,37	505,54	-	172,51	0,15	1,43	1,04
8501302	Café	99	Não se aplica	2,00	3,00	0,02	3,00	0,01	2,00	-	49,05	0,00	0,02	-
8501303	Café com leite	99	Não se aplica	59,27	6,66	0,01	48,43	0,02	21,63	-	98,27	0,01	0,22	1,91
8501304	Café tipo expresso	99	Não se aplica	4,44	4,32	0,02	3,07	0,05	4,38	-	35,86	0,01	0,01	0,13
8501305	Café tipo <i>capuccino</i>	99	Não se aplica	4,05	3,12	0,01	1,96	0,03	50,10	-	22,94	0,01	0,02	0,11
8501402	Milho cozido	99	Não se aplica	3,15	26,01	0,16	75,00	0,45	244,96	245,00	212,05	0,05	0,61	2,90
8501502	Batata palito	99	Não se aplica	13,43	33,58	0,24	67,17	0,53	8,40	380,00	550,76	0,28	0,46	6,68
8501503	Batata palha	99	Não se aplica	26,55	62,50	0,72	156,21	0,72	701,61	-	448,37	0,07	0,59	33,28
8501902	Mungunzá	99	Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8501903	Canjica	99	Não se aplica	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8501904	Curau	99	Não se aplica	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
8502201	Farofa	99	Não se aplica	66,00	34,00	0,29	45,00	1,40	575,00	-	201,00	-	0,20	-
8502301	Mingau (fubá, aveia, farinha, etc.)	99	Não se aplica	124,57	13,22	0,03	95,38	0,22	319,33	-	156,85	0,02	0,45	4,03
8502401	Tacacá	99	Não se aplica	30,00	1,00	0,03	30,00	0,21	318,00	-	86,00	0,05	0,10	0,70
8502501	Bolinho de coco	99	Não se aplica	23,32	12,12	0,27	89,87	1,48	58,58	-	142,55	0,06	0,61	18,51
8502701	Risoto	99	Não se aplica	19,37	15,38	0,24	66,15	1,02	307,73	-	182,10	0,08	0,53	7,50
8502801	Vatapá	99	Não se aplica	30,68	53,59	0,37	173,18	1,70	225,28	-	391,08	0,38	1,17	21,72
8502901	Farofa pronta	99	Não se aplica	66,00	34,00	0,29	45,00	1,40	575,00	-	201,00	-	0,20	-

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobre (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)	(continuação)
8503202	Caldo de carne	5,03	2,62	0,01	14,04	0,23	200,79	-	67,46	0,01	0,01	0,76	
8503203	Caldo-de-feijão	33,67	23,40	0,22	60,15	1,35	401,39	-	221,40	0,11	0,61	2,89	
8503204	Caldo de mocotó	5,03	2,62	0,01	14,04	0,23	200,79	-	67,46	0,01	0,01	0,76	
8503501	Baião de dois	33,00	19,00	0,27	72,00	0,60	93,00	-	157,00	0,08	0,60	-	
8503801	Churrasco	7,00	20,00	0,01	193,00	2,53	41,00	333,00	252,00	0,07	5,20	31,70	
8504201	Sushi	16,78	21,24	0,44	79,56	1,27	216,00	-	100,86	0,08	0,60	12,48	
8504401	Salada de frutas	15,88	7,50	0,04	13,34	0,16	0,82	-	154,02	0,06	0,06	0,44	
8504501	Sopa (legumes, carne, etc.)	6,74	5,38	0,06	20,17	0,22	333,11	-	57,45	0,03	0,24	2,23	
8504801	Salpicão	28,29	16,51	0,05	123,93	0,91	202,76	-	173,16	0,04	0,75	15,64	
8505201	Cheruto de repolho	19,31	17,97	0,17	79,98	1,39	415,85	-	255,67	0,10	1,29	9,11	
8505401	Arroz à grega	16,89	14,62	0,32	46,65	1,18	179,39	-	222,66	0,10	0,36	4,46	
8505501	Arrumadinho	57,81	36,44	0,37	114,56	2,22	478,42	-	375,01	0,18	1,14	6,06	
8505601	Bobó de camarão	62,24	8,21	0,03	56,01	0,29	381,15	-	106,07	0,03	0,29	4,48	
8505701	Caruru (quiabo, amendoim, castanha de caju, camarão seco, etc.)	44,86	40,28	-	64,60	1,00	59,85	-	225,69	0,09	0,69	9,83	
8505801	Cuscuz paulista	14,00	5,00	0,06	26,00	0,30	236,00	-	53,00	0,05	0,20	-	
8505901	Empadão (queijo, frango, camarão, palmito, etc.)	12,56	11,32	0,19	74,34	1,06	193,95	-	136,56	0,07	0,43	8,46	
8506001	Farofa de banana	35,79	32,06	0,30	34,77	0,85	288,06	-	300,14	0,04	0,18	-	
8506101	Feijão-tropeiro	57,81	36,44	0,37	114,56	2,22	478,42	-	375,01	0,18	1,14	6,06	
8506201	Galinha com arroz	16,96	14,28	0,41	58,72	1,18	534,10	-	99,56	0,09	0,54	9,42	
8506301	Galinhada	16,96	14,28	0,41	58,72	1,18	534,10	-	99,56	0,09	0,54	9,42	
8506401	Moqueca baiana	39,94	24,91	0,14	171,45	3,35	242,19	-	309,45	0,25	0,93	26,57	
8506501	Omelete	44,40	8,91	0,02	150,88	1,05	357,48	-	110,58	0,01	0,92	32,50	
8506601	Pirão	61,42	24,90	0,07	128,38	0,31	128,85	-	255,10	0,06	0,45	16,20	
8506701	Quibebe	15,00	9,00	0,09	30,00	0,57	1,00	154,00	230,00	0,09	0,23	1,05	
8506801	Quiche	156,43	14,82	0,12	177,97	0,97	408,79	-	145,81	0,05	1,04	16,77	
8506901	Sufilé	101,63	40,90	0,41	90,54	1,85	487,00	-	444,31	0,08	0,67	9,16	
8507001	Tutu	56,18	38,08	0,34	65,22	2,11	4,78	197,10	336,94	0,17	0,79	1,36	
8507101	Moqueca capixaba	42,04	26,22	0,15	180,48	3,53	254,93	-	325,74	0,26	0,98	28,68	
8507201	Maniçoba	74,71	20,79	0,23	130,08	1,35	508,52	-	228,63	0,06	1,83	15,83	
8507301	Caldo verde	40,01	16,60	0,16	43,75	0,38	1291,11	-	278,27	0,13	0,41	0,49	
8507401	Arroz de cuxá	44,46	7,56	0,34	21,44	0,40	5,63	327,10	44,97	0,02	0,41	0,15	
8507501	Angu à baiana	5,34	10,95	0,06	102,45	2,02	315,96	-	133,87	1,52	1,42	12,18	
8507601	Chocolete	189,00	63,00	0,47	208,00	2,35	79,00	-	372,00	0,49	2,30	4,50	

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)										
		Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8507701	Gemada	129,80	18,97	0,01	108,83	0,20	53,92	-	164,75	0,01	0,46	4,19
8507801	Açaí com granola	22,00	13,00	3,29	11,00	0,30	15,00	-	75,00	0,14	0,20	-
8507901	Suco orgânico	7,97	10,95	0,01	13,94	0,44	1,99	-	174,27	0,06	0,07	0,10
8507902	Suco de abacaxi orgânico	13,05	12,05	0,51	8,03	0,31	2,01	-	130,51	0,07	0,11	0,10
8507903	Suco de acerola orgânico	10,02	12,03	0,07	9,02	0,50	3,01	-	97,24	0,09	0,10	0,10
8507906	Suco de goiaba orgânico	2,75	3,20	0,02	5,82	0,04	0,29	-	60,91	0,03	0,03	0,17
8507907	Suco de laranja orgânico	7,97	10,95	0,01	13,94	0,44	1,99	-	174,27	0,06	0,07	0,10
8507911	Suco de laranja cenoura e beterraba orgânico	17,14	11,73	0,12	31,27	0,39	28,03	-	222,58	0,04	0,16	0,47
8507913	Suco de manga orgânico	16,95	2,99	0,03	2,00	0,36	4,99	-	23,94	0,02	0,02	0,40
8507914	Suco de maracujá orgânico	4,01	17,04	0,01	25,06	0,36	6,01	-	278,63	0,05	0,06	0,10
8507916	Suco de morango orgânico	9,49	10,23	0,36	11,90	0,25	2,87	-	133,74	0,03	0,06	0,12
8507917	Suco de pêssego orgânico	5,00	4,00	0,02	6,00	0,19	7,00	-	40,00	0,07	0,08	0,20
8507918	Suco de pêssego em calda orgânico	5,00	4,00	0,02	6,00	0,19	7,00	-	40,00	0,07	0,08	0,20
8508003	Pizza pronta <i>light</i>	308,77	24,06	0,29	264,19	2,16	736,75	-	184,62	0,11	1,60	17,98
8508004	Lasanha pronta <i>light</i>	146,58	19,89	0,16	143,74	1,51	314,00	-	200,97	0,09	1,75	15,64
8508012	Macarrão pronto <i>light</i>	94,04	19,73	0,21	101,26	0,87	429,68	-	128,16	0,07	0,64	20,21
8508017	Pizza portuguesa <i>light</i>	160,10	20,31	0,28	176,51	1,86	688,22	-	214,72	0,12	1,29	14,63
8508101	Farofa pronta <i>light</i> em pacote	66,00	34,00	0,29	45,00	1,40	575,00	-	201,00	-	0,20	-
8508301	Vaca atolada	15,00	23,50	0,04	99,00	1,23	32,50	309,50	201,00	0,05	2,80	11,20
8508401	Salada ou verdura crua, exceto de fruta	10,00	11,00	0,11	24,00	0,27	5,00	-	237,00	0,06	0,17	-
8508403	Outros legumes cozidos	19,00	15,00	0,15	35,00	0,33	31,50	242,00	281,50	0,09	0,24	0,50
8509801	Café da manhã	59,27	6,66	0,01	48,43	0,02	21,63	-	98,27	0,01	0,22	1,91
8570101	Prato de comida brasileira	24,25	21,94	0,31	64,88	1,49	8,77	245,88	173,51	0,11	1,11	11,49
8570102	Prato de comida do nordeste	26,62	21,78	0,29	65,48	1,29	69,85	222,30	187,90	0,11	1,11	4,35
8570103	Prato de comida do norte	35,03	25,03	0,27	64,97	1,52	10,82	258,23	239,42	0,11	1,26	4,18
8570104	Prato de comida do sudeste	23,52	20,56	0,22	79,54	1,51	19,35	239,85	246,57	0,10	1,82	7,70
8570105	Prato de comida do sul	24,25	21,94	0,31	64,88	1,49	8,77	245,88	173,51	0,11	1,11	11,49
8570106	Prato de comida do centro-oeste	26,45	20,66	0,26	57,60	1,27	10,38	222,30	229,53	0,10	1,08	3,60
8570107	Arroz com feijão	29,36	20,22	0,34	42,78	1,15	3,20	300,50	175,56	0,10	0,66	0,75
8570328	Pão com manteiga	17,33	21,17	0,38	83,17	0,84	636,00	-	122,33	0,11	0,68	0,17
8570329	Pão com margarina	18,33	21,33	0,38	83,00	0,83	697,17	-	125,33	0,12	0,70	-
8570330	Pão com ovo	35,17	17,94	0,24	140,98	1,15	391,39	102,50	139,48	0,07	0,97	18,14
8571110	Carne com batata, inhame, batata-baroa ou aipim	8,00	20,00	0,07	118,00	1,56	36,00	287,00	332,50	0,13	2,99	15,55

Tabela 3 - Minerais na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Manganês (mg)	Fósforo (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Sódio de adição (mg)	Potássio (mg)	Cobalto (mg)	Zinco (mg)	Selênio (mcg)
8571111	Carne com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	11,50	14,50	0,05	113,00	1,69	34,00	243,00	283,50	0,09	2,97	15,26
8571112	Frango com batata, inhame batata-baroa ou aipim	11,50	23,50	0,08	128,00	0,69	41,00	287,00	287,50	0,11	0,75	13,60
8571113	Frango com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	15,00	18,00	0,05	123,00	0,82	39,00	243,00	238,50	0,07	0,73	13,31
8579404	Abobora com quiabo	46,00	22,50	0,19	31,00	0,43	3,50	195,00	182,50	0,09	0,33	0,30
8579002	Arroz carreteiro	13,00	9,00	0,18	48,00	1,00	1622,00	-	87,00	0,08	2,70	-
8579003	Maria izabel	13,00	9,00	0,18	48,00	1,00	1622,00	-	87,00	0,08	2,70	-
8579004	Arroz de leite	38,74	11,73	0,35	57,48	0,86	391,85	-	66,44	0,06	0,47	8,35
8579005	Arroz com mandioca	11,25	14,62	0,18	19,88	0,09	1,09	334,00	57,26	0,01	0,34	-
8579006	Arroz com ovo	28,93	6,55	0,16	102,36	0,69	67,99	293,50	75,74	0,01	0,81	18,14
8800109	Palma	164,00	47,00	0,41	16,00	0,50	20,00	-	195,00	0,05	0,21	2,10

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Notas: 1. Células com valores igual a "0,00" representam valores abaixo dos limites de quantificação.

2. Células com "-" (traço) representam valores nutricionais ausentes ou não disponíveis.

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
Cereais e leguminosas														
6300101	Arroz (polido, parboilizado, agulha, agulhinha, etc.)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,08
6300201	Arroz integral	-	-	0,08	-	-	-	0,08	-	-	-	-	-	0,08
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300701	Milho (em grão)	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	-	-	0,57
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,18
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,18
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,18
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6300706	Canjiquinha de milho em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,18
6300707	Xerém de milho	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	-	-	0,20
6301001	Amendoim (em grão) <i>in natura</i>	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6301101	Ervilha em grão	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6301201	Fava (em grão)	-	-	0,64	0,14	12,07	16,23	0,35	-	240,00	-	-	-	8,33
6301204	Mangaló amargo em grão	-	40,08	0,26	0,15	2,02	2,64	0,22	-	63,00	-	-	-	0,37
6301603	Feijão-de-corda	-	18,83	0,13	0,09	1,20	2,00	0,03	-	58,00	-	-	-	0,34
6301634	Feijão-verde	-	18,83	0,13	0,09	1,20	2,00	0,03	-	58,00	-	-	-	0,34
6302001	Semente de linhaça	-	39,58	0,10	0,15	1,40	2,02	0,07	-	127,00	-	-	-	0,45
6302602	Andu	-	39,58	0,10	0,15	1,40	2,02	0,07	-	127,00	-	-	-	0,45
6302801	Grão de bico	-	-	1,64	0,16	3,08	8,03	0,47	-	87,00	-	-	-	0,31
6302901	Lentilha	-	-	0,07	0,03	0,08	1,23	0,06	-	48,60	-	-	-	0,69
6303001	Soja em grão	-	1,33	0,12	0,06	0,53	1,94	0,14	-	172,00	-	-	-	0,58
6303102	Feijão (preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)	-	0,42	0,17	0,07	1,06	2,41	0,18	-	181,00	-	-	-	0,30
6303501	Quirera não especificada	-	0,42	0,16	0,29	0,40	4,43	0,23	-	54,00	-	-	-	0,57
6304034	Feijão-verde orgânico	-	-	0,07	0,03	0,08	1,23	0,06	-	48,60	-	-	-	0,69
6304101	Feijão orgânico	-	1,83	0,11	0,07	0,91	1,02	0,03	-	20,81	-	-	-	0,03
6304201	Pipoca <i>light</i>	-	39,58	0,10	0,15	1,40	2,02	0,07	-	127,00	-	-	-	0,45
		-	-	0,07	0,03	0,08	1,23	0,06	-	48,60	-	-	-	0,69
		-	8,19	0,09	0,07	1,92	3,10	0,13	-	25,81	-	-	-	1,24

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6304301	Arroz orgânico	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6304401	Arroz integral orgânico	-	-	0,08	-	-	-	0,08	-	-	-	-	-	-
6304602	Feijão-de-soja orgânico	-	0,42	0,16	0,29	0,40	4,43	0,23	-	54,00	-	0,57	1,70	-
6304901	Quinoa	-	0,22	0,11	0,10	0,47	1,27	0,15	-	56,88	-	0,96	-	-
Hortalças tuberosas														
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,28	0,17	0,03	2,20	2,96	0,45	-	15,11	-	1,20	12,43	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,30	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	3,62	0,08	0,03	1,25	1,64	0,24	-	9,40	-	0,33	7,32	-
6400101	Batata-inglesa	20,70	21,21	0,10	0,06	1,15	1,78	0,22	0,09	10,80	0,23	0,11	5,92	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,28	0,17	0,03	2,20	2,96	0,45	-	15,11	-	1,20	12,43	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,30	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,30	7,40	-
6400101	Batata-inglesa	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	-
6400101	Batata-inglesa	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	-
6400303	Mandioquinha salsa (batata-baroa)	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400304	Cenoura amarela (batata-baroa)	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400401	Batata-doce	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400401	Batata-doce	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400401	Batata-doce	-	960,88	0,11	0,11	1,49	2,15	0,29	-	6,00	-	0,71	19,60	-
6400401	Batata-doce	-	2526,27	0,18	0,15	1,73	3,22	0,53	-	19,26	-	4,14	41,09	-
6400401	Batata-doce	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	-
6400401	Batata-doce	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	-
6400401	Batata-doce	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	-
6400501	Inhame	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10	-
6400501	Inhame	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10	-
6400501	Inhame	-	960,88	0,11	0,11	1,49	2,15	0,29	-	6,00	-	0,71	19,60	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)													
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)		
6400501	Inhame	5	Frito(a)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10
6400501	Inhame	7	Refogado(a)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10
6400501	Inhame	13	Ensopado	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10
6400501	Inhame	15	Sopa	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10
6400508	Quicará	99	Não se aplica	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10
6400601	Mandioca	1	Cru(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400601	Mandioca	2	Cozido(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400601	Mandioca	4	Assado(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400601	Mandioca	5	Frito(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400601	Mandioca	7	Refogado(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400601	Mandioca	8	Molho vermelho	-	3,48	0,05	0,01	0,20	0,23	0,04	-	2,20	-	0,28	10,28
6400601	Mandioca	11	Com manteiga/óleo	33,55	34,21	0,06	0,00	0,00	0,01	0,03	0,01	0,15	0,07	0,12	10,55
6400601	Mandioca	13	Ensopado	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400601	Mandioca	15	Sopa	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10
6400601	Mandioca	99	Não se aplica	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400609	Aipim	2	Cozido(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400609	Aipim	4	Assado(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400609	Aipim	5	Frito(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400609	Aipim	6	Empanado(a)/à milanesa	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400609	Aipim	7	Refogado(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400609	Aipim	8	Molho vermelho	-	3,48	0,05	0,01	0,20	0,23	0,04	-	2,20	-	0,28	10,28
6400609	Aipim	11	Com manteiga/óleo	33,55	34,21	0,06	0,00	0,00	0,01	0,03	0,01	0,15	0,07	0,12	10,55
6400609	Aipim	13	Ensopado	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400609	Aipim	15	Sopa	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10
6400609	Aipim	99	Não se aplica	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400610	Macaxeira	1	Cru(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400610	Macaxeira	2	Cozido(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400610	Macaxeira	4	Assado(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	-	11,10
6400610	Macaxeira	5	Frito(a)	-	-	0,06	-	-	-	0,03	-	-	-	0,41	10,55
6400701	Cará	2	Cozido(a)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10
6400701	Cará	5	Frito(a)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10
6400701	Cará	7	Refogado(a)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10
6400701	Cará	13	Ensopado	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,93	9,10

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6400701	Cará	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10	
6400701	Cará	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6400713	Inhame caraquento (cará)	-	1043,46	0,07	0,06	0,56	0,91	0,19	-	22,00	-	0,77	9,10	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,28	0,17	0,03	2,20	2,96	0,45	-	15,11	-	1,20	12,43	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	3,62	0,08	0,03	1,25	1,64	0,24	-	9,40	-	0,33	7,32	
6400802	Batata (não especificada)	20,70	21,21	0,10	0,06	1,15	1,78	0,22	0,09	10,80	0,23	0,11	5,92	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,30	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,30	7,40	
6400802	Batata (não especificada)	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6400802	Batata (não especificada)	-	0,17	0,10	0,02	1,31	1,76	0,27	-	9,00	-	0,06	7,40	
6400908	Mandioquinha	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	0,94	12,80	
6400908	Mandioquinha	-	747,65	0,05	0,04	0,51	0,95	0,16	-	5,70	-	1,35	12,16	
6400908	Mandioquinha	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	
6400908	Mandioquinha	-	787,00	0,06	0,05	0,54	1,00	0,17	-	6,00	-	1,10	12,80	
6401001	Rabanete	-	0,33	0,01	0,04	0,25	0,40	0,07	-	25,00	-	-	14,80	
6401001	Rabanete	-	-	0,02	0,02	0,20	0,25	0,05	-	28,00	-	-	22,00	
6401001	Rabanete	-	-	0,02	0,02	0,20	0,25	0,05	-	28,00	-	-	22,00	
6401101	Beterraba	-	1,67	0,03	0,04	0,33	0,65	0,07	-	109,00	-	0,04	4,90	
6401101	Beterraba	-	1,75	0,03	0,04	0,33	0,66	0,07	-	80,00	-	0,04	3,60	
6401101	Beterraba	-	1,75	0,03	0,04	0,33	0,66	0,07	-	80,00	-	0,29	3,60	
6401101	Beterraba	-	1,75	0,03	0,04	0,33	0,66	0,07	-	80,00	-	0,04	3,60	
6401101	Beterraba	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6401101	Beterraba	-	1,67	0,03	0,04	0,33	0,65	0,07	-	109,00	-	0,04	4,90	
6401201	Cenoura	-	840,50	0,07	0,06	0,98	1,18	0,14	-	19,00	-	0,86	5,90	
6401201	Cenoura	-	860,08	0,07	0,04	0,65	0,81	0,15	-	14,00	-	1,03	3,60	
6401201	Cenoura	-	834,28	0,06	0,04	0,63	0,79	0,15	-	13,58	-	1,28	3,49	
6401201	Cenoura	-	834,28	0,06	0,04	0,63	0,79	0,15	-	13,58	-	1,28	3,49	
6401201	Cenoura	-	691,55	0,06	0,05	0,71	0,88	0,14	-	13,40	-	1,11	4,28	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6401201	Cenoura	-	834,28	0,06	0,04	0,63	0,79	0,15	-	13,58	-	1,28	3,49
6401201	Cenoura	20,34	880,82	0,07	0,05	0,65	0,82	0,15	0,01	14,09	0,04	1,10	3,60
6401201	Cenoura	-	860,08	0,07	0,04	0,65	0,81	0,15	-	14,00	-	1,03	3,60
6401201	Cenoura	-	834,28	0,06	0,04	0,63	0,79	0,15	-	13,58	-	1,28	3,49
6401201	Cenoura	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10
6401201	Cenoura	-	840,50	0,07	0,06	0,98	1,18	0,14	-	19,00	-	0,86	5,90
6401301	Nabo	-	-	0,03	0,02	0,30	0,42	0,07	-	9,00	-	0,02	11,60
6401301	Nabo	-	-	0,03	0,02	0,30	0,42	0,07	-	9,00	-	0,26	11,60
6401601	Açafraão	-	26,50	0,12	0,27	1,46	1,46	1,01	-	93,00	-	1,69	80,80
6401801	Batata-inglesa orgânica	-	0,28	0,17	0,03	2,20	2,96	0,45	-	15,11	-	1,20	12,43
Farinhas, féculas e massas													
6500101	Creme de arroz	26,95	27,36	0,06	0,18	0,41	1,75	0,09	0,42	5,31	0,96	0,07	0,25
6500104	Arrozina	26,95	27,36	0,06	0,18	0,41	1,75	0,09	0,42	5,31	0,96	0,07	0,25
6500105	Mucilon	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6500108	Mingau de arroz	26,95	27,36	0,06	0,18	0,41	1,75	0,09	0,42	5,31	0,96	0,07	0,25
6500202	Croquinhas de arroz	-	9,83	0,10	0,08	2,31	3,73	0,16	-	31,00	-	0,29	-
6500301	Farinha de aveia	-	-	0,73	0,14	0,78	4,48	0,12	-	32,00	-	0,70	-
6500401	Aveia em flocos	-	-	0,73	0,14	0,78	4,48	0,12	-	32,00	-	0,70	-
6500601	Fubá de milho	-	0,02	0,10	0,06	0,81	0,98	0,02	-	39,44	-	0,02	-
6500603	Farinha de milho	-	9,00	0,25	-	-	-	0,25	-	-	-	-	-
6500608	Puba de milho	57,00	-	0,11	0,05	-	-	-	-	-	-	-	-
6500609	Puba de fubá	57,00	-	0,11	0,05	-	-	-	-	-	-	-	-
6500613	Milho moído	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	0,57	6,20
6500614	Mingau de milho	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6500702	Amido de milho	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6500705	Amido de arroz	26,95	27,36	0,06	0,18	0,41	1,75	0,09	0,42	5,31	0,96	0,07	0,25
6500801	Cremonema	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6500802	Vitamilho	-	0,06	0,06	0,03	1,19	2,12	0,04	-	6,82	-	0,05	-
6500804	Creme de milho	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6500902	Sucrilhos de milho	-	15,00	0,73	1,11	10,13	-	0,79	-	-	-	-	-
6500903	Cereal matinal de milho em flocos	-	15,00	0,73	1,11	10,13	-	0,79	-	-	-	-	-
6501301	Germe de trigo	-	5,17	1,88	0,50	6,81	12,10	1,30	-	281,00	-	21,81	-
6501303	Fibra de trigo	-	0,50	0,52	0,58	13,58	18,28	1,30	-	79,00	-	1,49	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6501304	Fibra de cereal trigo	-	0,50	0,52	0,58	13,58	18,28	1,30	-	79,00	-	1,49	-
6501401	Farinha de mandioca	-	-	0,14	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501410	Farinha de copioba	-	-	0,14	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501415	Farinha d'água	-	-	0,14	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501416	Cruera	-	-	0,14	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501502	Goma de mandioca	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501505	Sagu de mandioca	45,19	45,71	0,05	0,22	0,10	1,48	0,05	0,51	10,01	1,01	0,18	-
6501510	Farinha de tapioca	-	-	0,03	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501511	Farinha beiju	-	-	0,03	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6501515	Sagu de tapioca	45,19	45,71	0,05	0,22	0,10	1,48	0,05	0,51	10,01	1,01	0,18	-
6501516	Tapioca de goma	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6502001	Farinha láctea	443,33	-	0,60	0,60	8,00	-	0,50	1,20	-	5,00	-	29,67
6502101	Neston	-	-	1,08	1,16	14,58	-	1,16	2,17	-	4,58	9,17	40,42
6502102	Flocos de cereais	-	15,00	0,76	1,02	11,04	-	2,25	-	-	-	-	-
6502105	Vitaflocos	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15
6502403	Mini pizza semipronta	27,21	33,64	0,37	0,32	2,99	6,00	0,07	0,48	106,53	0,03	0,80	1,93
6502403	Mini pizza semipronta	27,21	33,64	0,37	0,32	2,99	6,00	0,07	0,48	106,53	0,03	0,80	1,93
6502403	Mini pizza semipronta	27,21	33,64	0,37	0,32	2,99	6,00	0,07	0,48	106,53	0,03	0,80	1,93
6502403	Mini pizza semipronta	27,21	33,64	0,37	0,32	2,99	6,00	0,07	0,48	106,53	0,03	0,80	1,93
6502403	Mini pizza semipronta	27,21	33,64	0,37	0,32	2,99	6,00	0,07	0,48	106,53	0,03	0,80	1,93
6502501	Fibra de soja	-	-	-	-	-	-	2,83	-	-	-	0,08	-
6502603	Mimpastel	19,18	20,35	0,42	0,30	3,33	5,46	0,10	0,28	92,20	0,49	1,21	1,19
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	11,37	21,88	0,16	0,09	1,16	1,95	0,08	0,00	68,66	0,02	0,43	10,67
6503401	Macarrão	20,27	21,08	0,24	0,15	1,45	2,83	0,05	0,09	102,24	0,23	0,11	0,00
6503401	Macarrão	-	-	0,27	0,14	1,69	3,07	0,05	-	123,30	-	0,06	-
6503401	Macarrão	22,67	23,11	0,27	0,14	1,69	3,08	0,05	0,01	123,40	0,05	0,14	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6503401	Macarrão			0,27	0,14	1,69	3,07	0,05		123,30		0,06	
6503401	Macarrão			0,27	0,14	1,69	3,07	0,05		123,30		0,33	
6503401	Macarrão			0,27	0,14	1,69	3,07	0,05		123,30		0,06	
6503401	Macarrão			0,27	0,14	1,69	3,07	0,05		123,30		0,06	
6503501	Purê de batata	35,45	36,28	0,09	0,03	1,15	1,66	0,24	0,05	8,40	0,16	0,17	6,42
6503601	Bife vegetal			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6503603	Carne vegetal			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6503604	Pasta de soja			0,10	0,04	0,25	1,66	0,01		46,00		0,19	
6503605	Carne de soja			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6503702	Amendoim moído			0,64	0,14	12,07	16,23	0,35		240,00		8,33	
6504101	Granola		0,29	0,32	0,55	1,80	3,97	0,10	0,29	16,00		1,16	0,60
6504601	Musi		0,29	0,32	0,55	1,80	3,97	0,10	0,29	16,00		1,16	0,60
6504701	Mix de cereais		0,29	0,32	0,55	1,80	3,97	0,10	0,29	16,00		1,16	0,60
6504801	Miojo	33,88	33,49	0,20	0,20	1,13	2,45	0,06	0,21	81,11	0,37	0,43	0,09
6504802	Macarrão instantâneo	33,88	33,49	0,20	0,20	1,13	2,45	0,06	0,21	81,11	0,37	0,43	0,09
6505101	Sustagem	716,63	716,69	0,74	0,37	12,59	18,24	1,02	1,88	394,37	1,53	8,33	37,04
6505601	Proteína de soja			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6505603	Proteína vegetal			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6505701	Complemento alimentar de qualquer sabor	716,63	716,69	0,74	0,37	12,59	18,24	1,02	1,88	394,37	1,53	8,33	37,04
6505902	Sucrilhos de milho <i>light</i>		15,00	0,76	1,02	11,04		2,25					
6506003	Mini <i>pizza</i> semipronta <i>light</i>	51,25	57,59	0,33	0,36	2,57	7,26	0,10	0,90	93,33	0,08	0,55	2,17
6506302	Macarrão instantâneo <i>light</i>	33,88	33,49	0,20	0,20	1,13	2,45	0,06	0,21	81,11	0,37	0,43	0,09
6506302	Macarrão instantâneo <i>light</i>	33,88	33,49	0,20	0,20	1,13	2,45	0,06	0,21	81,11	0,37	0,43	0,09
6506401	Proteína de soja orgânica			0,22	0,19	2,91	6,75	0,36	4,36	18,55		0,40	
6573225	Macarrão com carne		12,71	0,16	0,10	1,61	2,64	0,09	0,27	69,11	0,05	0,34	8,94
6573226	Macarrão com peixe	6,50	6,50	0,18	0,13	1,93	4,88	0,15	1,26	66,15	0,55	0,60	
Cocos, castanhas e nozes													
6600101	Coco-da-baía (seco ou verde)			0,07	0,02	0,54	1,19	0,05		26,00			3,30
6600301	Castanha portuguesa			0,15	0,10	0,73	1,10	0,23		38,00		0,18	26,70
6600401	Pinhão												27,69
6600501	Amêndoa		0,25	0,24	0,81	3,93	7,13	0,13		29,00		25,87	
6600601	Avelá		1,04	0,64	0,11	1,80	5,02	0,56		113,00		15,03	6,30
6600701	Castanha-do-pará			0,62	0,04	0,30	2,65	0,10		22,00		5,73	0,70

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6600801	Castanha de caju	-	-	0,20	0,20	1,40	5,35	0,26	-	69,00	-	0,92	-	-
6600912	Butiá	30,00	-	0,04	0,04	0,50	-	-	-	-	-	-	33,00	-
6601108	Tucumã	5170,00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601208	Coco de mucajá	-	510,00	0,11	0,11	-	-	0,03	-	-	-	-	13,44	-
6601501	Noz (nogueira)	-	1,00	0,34	0,15	1,13	3,96	0,54	-	98,00	-	0,70	1,30	-
6601706	Açaí	11,80	-	0,36	0,01	0,40	-	-	-	-	-	-	9,00	-
6601707	Juçara	11,80	-	0,36	0,01	0,40	-	-	-	-	-	-	9,00	-
6601709	Uaçai	11,80	-	0,36	0,01	0,40	-	-	-	-	-	-	9,00	-
6601712	Jussara	11,80	-	0,36	0,01	0,40	-	-	-	-	-	-	9,00	-
6601805	Pupunha	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	-
6601902	Bacaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6601904	Bacabuçu	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6602001	Castanha-de-india	-	-	0,62	0,04	0,30	2,65	0,10	-	22,00	-	5,73	0,70	-
6602201	Pistache	-	27,67	0,87	0,16	1,30	5,85	1,70	-	51,00	-	2,30	5,00	-
6602301	Buriti	4104,00	-	0,03	0,23	0,70	-	-	-	-	-	-	26,00	-
6602401	Coco	-	-	0,07	0,02	0,54	1,19	0,05	-	26,00	-	-	3,30	-
6602601	Pataú	30,00	-	0,04	0,04	0,50	-	-	-	-	-	-	33,00	-
Hortalicas folhosas, frutosas e outras														
6700101	Alface	-	370,25	0,07	0,08	0,38	0,53	0,09	-	38,00	-	0,31	18,00	-
6700201	Bertalha	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,31	9,80	-
6700301	Chicória	-	108,33	0,08	0,08	0,40	0,48	0,02	-	142,00	-	0,44	6,50	-
6700301	Chicória	-	681,08	0,05	0,07	0,50	0,88	0,14	-	13,00	-	1,14	41,00	-
6700301	Chicória	-	681,08	0,05	0,07	0,50	0,88	0,14	-	13,00	-	1,14	41,00	-
6700301	Chicória	-	681,08	0,05	0,07	0,50	0,88	0,14	-	13,00	-	1,14	41,00	-
6700304	Escarola	-	80,00	0,09	0,09	0,46	0,63	0,02	-	119,00	-	0,97	5,02	-
6700501	Couve	-	333,42	0,05	0,13	0,74	1,26	0,17	-	166,00	-	2,26	35,30	-
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	-
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	1,10	18,20	-
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	1,10	18,20	-
6700501	Couve	-	328,08	0,04	0,10	0,66	1,05	0,12	-	76,60	-	0,99	15,96	-
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	1,10	18,20	-
6700501	Couve	16,70	422,78	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	0,00	93,08	0,04	0,94	18,20	-
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	1,10	18,20	
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	
6700501	Couve	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,07	44,30	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,07	44,30	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,41	44,30	
6700601	Couve-flor	20,36	20,94	0,14	0,14	0,97	1,83	0,15	0,17	53,01	0,16	0,83	31,32	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,41	44,30	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,07	44,30	
6700601	Couve-flor	-	0,58	0,04	0,05	0,41	0,81	0,17	-	44,00	-	0,07	44,30	
6700701	Espinafre	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,08	9,80	
6700701	Espinafre	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,08	9,80	
6700701	Espinafre	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,31	9,80	
6700701	Espinafre	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,08	9,80	
6700701	Espinafre	-	524,00	0,10	0,24	0,49	1,16	0,24	-	146,00	-	2,08	9,80	
6700801	Mostarda (verdura)	-	525,00	0,08	0,11	0,80	1,30	0,18	-	187,00	-	2,01	70,00	
6700801	Mostarda (verdura)	-	316,17	0,04	0,06	0,43	0,85	0,10	-	73,00	-	1,21	25,30	
6700801	Mostarda (verdura)	-	316,17	0,04	0,06	0,43	0,85	0,10	-	73,00	-	1,51	25,30	
6700801	Mostarda (verdura)	-	316,17	0,04	0,06	0,43	0,85	0,10	-	73,00	-	1,21	25,30	
6700901	Repolho	-	4,88	0,06	0,04	0,23	0,42	0,12	-	43,00	-	0,15	36,60	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,14	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,39	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,39	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,14	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,39	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,14	37,50	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,39	37,50	
6700901	Repolho	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6700901	Repolho	-	4,00	0,06	0,04	0,25	0,43	0,11	-	30,00	-	0,14	37,50	
6701101	Cebolinha	-	200,00	0,07	0,14	0,20	0,53	0,06	-	14,00	-	0,21	45,60	
6701301	Agrião	-	118,67	0,04	0,09	0,31	0,31	0,07	-	97,00	-	0,43	15,00	
6701301	Agrião	-	159,50	0,09	0,12	0,20	0,70	0,13	-	9,00	-	1,00	30,00	
6701301	Agrião	-	159,50	0,09	0,12	0,20	0,70	0,13	-	9,00	-	1,00	30,00	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6702201	Língua de vaca (verdura)	-	333,42	0,05	0,13	0,74	1,26	0,17	-	166,00	-	2,26	35,30	
6702301	Alcachofra	-	0,67	0,05	0,09	1,11	1,11	0,08	-	89,00	-	0,19	7,40	
6702501	Bredo	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	
6702604	Salsão (aipim)	-	26,08	0,04	0,05	0,32	0,50	0,09	-	22,00	-	0,35	6,10	
6702801	Erva-doce	-	6,67	0,01	0,03	0,64	0,64	0,05	-	27,00	-	0,02	12,00	
6703003	Folha de aipim	-	333,42	0,05	0,13	0,74	1,26	0,17	-	166,00	-	2,26	35,30	
6703004	Folha de macaxeira	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,88	18,20	
6703101	Broto de feijão	2,00	1,00	0,08	0,12	0,75	1,37	0,09	-	61,00	-	0,10	13,20	
6703101	Broto de feijão	-	0,67	0,05	0,10	0,82	1,28	0,05	-	29,00	-	0,37	11,40	
6703306	Moranga	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703306	Moranga	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,97	4,70	
6703306	Moranga	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,97	4,70	
6703306	Moranga	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703701	Abobrinha	-	10,00	0,05	0,14	0,49	0,67	0,22	-	29,00	-	0,12	17,00	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,14	5,50	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,14	5,50	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,14	5,50	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,37	5,50	
6703701	Abobrinha	23,07	10,58	0,19	0,18	1,39	0,65	0,08	0,21	20,00	0,24	0,80	2,84	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,37	5,50	
6703701	Abobrinha	-	10,58	0,04	0,04	0,51	0,65	0,07	-	20,00	-	0,37	5,50	
6703805	Jerimum	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703805	Jerimum	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,97	4,70	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,97	4,70	
6703901	Abóbora	-	203,15	0,03	0,08	0,53	0,68	0,06	-	9,40	-	0,92	5,16	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,97	4,70	
6703901	Abóbora	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6703901	Abóbora	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,80	4,70	
6704001	Pépinho	-	5,29	0,03	0,03	0,10	0,18	0,04	-	7,00	-	0,03	2,80	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,12	8,00	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,12	8,00	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,05	0,53	0,55	0,11	-	18,00	-	0,38	7,80	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,38	8,00	
6704101	Chuchu	-	3,48	0,03	0,05	0,53	0,67	0,11	-	16,60	-	0,38	7,80	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,38	8,00	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,12	8,00	
6704101	Chuchu	-	-	0,03	0,04	0,42	0,55	0,12	-	18,00	-	0,38	8,00	
6704101	Chuchu	-	33,48	0,03	0,03	0,51	0,67	0,04	0,02	9,28	-	0,20	2,10	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6704201	Jiló	19,83	34,39	0,13	0,06	0,87	1,15	0,19	0,01	46,09	0,04	0,34	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6704201	Jiló	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6704301	Maxixe	-	3,00	0,06	0,02	-	-	0,04	-	-	-	-	9,60	
6704301	Maxixe	-	-	0,03	-	0,38	0,42	0,03	-	4,00	-	0,39	10,50	
6704301	Maxixe	-	-	0,03	-	0,38	0,42	0,03	-	4,00	-	0,63	10,50	
6704301	Maxixe	-	-	0,03	-	0,38	0,42	0,03	-	4,00	-	0,63	10,50	
6704306	Pepininho (maxixe)	-	-	0,03	-	0,38	0,42	0,03	-	4,00	-	0,39	10,50	
6704306	Pepininho (maxixe)	-	-	0,03	-	0,38	0,42	0,03	-	4,00	-	0,39	10,50	
6704401	Palmito <i>in natura</i>	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704401	Palmito <i>in natura</i>	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704401	Palmito <i>in natura</i>	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704401	Palmito <i>in natura</i>	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
6704501	Pimentão	-	18,50	0,06	0,03	0,48	0,68	0,22	-	10,00	-	0,08	80,40	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,50	16,30	
6705001	Quiabo	-	14,17	0,13	0,06	0,87	1,14	0,19	-	46,00	-	0,27	16,30	
6705101	Tomate	-	41,63	0,04	0,02	0,59	0,69	0,08	-	15,00	-	0,54	12,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,45	9,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,45	9,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,75	9,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,75	9,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,75	9,70	
6705201	Vagem	-	35,00	0,07	0,10	0,61	0,95	0,06	-	33,00	-	0,45	9,70	
6705301	Cogumelo <i>in natura</i>	-	-	0,07	0,30	4,46	4,86	0,10	-	18,00	0,53	0,01	4,00	
6705401	Berinjela	-	1,72	0,07	0,02	0,56	0,69	0,08	-	13,16	-	0,39	1,22	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,41	1,30	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,41	1,30	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,83	1,30	
6705401	Berinjela	25,45	27,43	0,16	0,14	1,15	1,87	0,11	0,17	39,55	0,19	1,32	1,26	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,83	1,30	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,41	1,30	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,83	1,30	
6705401	Berinjela	-	1,83	0,08	0,02	0,60	0,73	0,09	-	14,00	-	0,41	1,30	
6705501	Ervilha em vagem	-	51,50	0,13	0,08	0,54	1,07	0,14	-	29,00	-	0,62	47,90	
6705501	Ervilha em vagem	-	51,50	0,13	0,08	0,54	1,07	0,14	-	29,00	-	0,62	47,90	
6705701	Cebola	-	0,08	0,05	0,03	0,12	0,35	0,12	-	19,00	-	0,02	7,40	
6705701	Cebola	-	0,08	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	-	15,00	-	0,01	5,20	
6705701	Cebola	-	0,08	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	-	15,00	-	0,01	5,20	
6705701	Cebola	-	0,08	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	-	15,00	-	0,01	5,20	
6705701	Cebola	-	0,08	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	-	15,00	-	0,19	5,20	
6705701	Cebola	-	0,08	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	-	15,00	-	0,19	5,20	
6705701	Cebola	-	3,55	0,04	0,03	0,33	0,63	0,12	-	14,20	-	0,29	5,56	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)												
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	
6705701	Cebola	11	15,49	0,04	0,02	0,17	0,50	0,13	0,00	15,07	0,03	0,06	5,20	
6705701	Cebola	-	0,08	0,05	0,03	0,12	0,35	0,12	-	19,00	-	0,02	7,40	
6705701	Cebola	-	0,08	0,05	0,03	0,12	0,35	0,12	-	19,00	-	0,02	7,40	
6705801	Catalonha	-	306,21	0,03	0,09	0,36	0,66	0,09	-	9,00	-	2,13	18,00	
6706101	Jardineira (seleta)	-	292,67	0,07	0,05	0,63	0,80	0,08	-	26,75	-	0,39	6,15	
6706102	Seleta (Jardineira)	-	292,67	0,07	0,05	0,63	0,80	0,08	-	26,75	-	0,39	6,15	
6706201	Alho	-	-	0,20	0,11	0,70	1,80	1,24	-	3,00	-	0,01	31,20	
6706301	Alho-poró	-	2,33	0,03	0,02	0,20	0,30	0,11	-	24,00	-	0,71	4,20	
6707301	Broto de alfafa	-	7,75	0,08	0,13	0,48	0,48	0,03	-	36,00	-	0,02	8,20	
6707801	Alface orgânica	-	370,25	0,07	0,08	0,38	0,53	0,09	-	38,00	-	0,31	18,00	
6707901	Tomate orgânico	-	41,63	0,04	0,02	0,59	0,69	0,08	-	15,00	-	0,54	12,70	
6708001	Pimentão orgânico	-	18,50	0,06	0,03	0,48	0,68	0,22	-	10,00	-	0,08	80,40	
6709701	Orégano	-	345,17	0,34	0,32	6,22	6,22	2,32	-	274,00	-	18,86	50,00	
Frutas														
6801017	Pacová	-	-	0,05	0,03	-	-	0,17	-	-	-	-	-	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	1	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	2	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	4	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5	3,58	0,04	0,08	0,74	0,91	0,41	-	22,31	-	1,20	9,70	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	6	3,58	0,04	0,08	0,74	0,91	0,41	-	22,31	-	1,20	9,70	
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	11	89,98	95,32	0,04	0,09	0,75	0,94	0,41	0,02	22,71	0,19	0,46	9,70
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	13	-	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	14	12,26	14,70	0,06	0,12	0,69	1,11	0,21	0,03	18,90	0,38	0,10	4,71
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	15	12,26	14,70	0,06	0,12	0,69	1,11	0,21	0,03	18,90	0,38	0,10	4,71
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	99	-	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70
6801801	Laranja (pera, seleta, lima, da terra, etc.)	99	11,21	0,09	0,04	0,28	0,43	0,06	-	30,00	-	0,25	53,20	
6801901	Lima	99	11,21	0,09	0,04	0,28	0,43	0,06	-	30,00	-	0,25	53,20	
6802001	Limão (comum, galego, etc.)	99	2,50	0,03	0,02	0,20	0,25	0,04	-	8,00	-	0,22	29,10	
6802201	Tangerina	99	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70	
6802202	Mexerica	99	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70	
6802217	Bergamota	99	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70	
6802218	Mimosa	99	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70	
6802223	Tanja	99	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6802227	Maricota	-	34,08	0,06	0,04	0,38	0,41	0,08	-	16,00	-	0,20	26,70
6802407	Laranjinha japonesa	-	11,21	0,09	0,04	0,28	0,43	0,06	-	30,00	-	0,25	53,20
6802501	Cana-de-açúcar	-	-	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6802601	Abacaxi	5,67	2,83	0,08	0,03	0,49	0,57	0,11	-	15,00	-	0,02	36,20
6802602	Ananás	5,67	2,83	0,08	0,03	0,49	0,57	0,11	-	15,00	-	0,02	36,20
6802701	Abacate	-	7,04	0,02	0,05	0,67	1,14	0,08	-	35,00	-	2,66	17,40
6802801	Caqui	-	81,38	0,03	0,02	0,10	0,27	0,10	-	8,00	-	0,73	7,50
6802901	Figo	-	7,08	0,06	0,05	0,40	0,50	0,11	-	6,00	-	0,11	2,00
6803001	Maçã	-	2,71	0,02	0,03	0,09	0,11	0,04	-	3,00	-	0,21	4,60
6803101	Mamão	-	54,71	0,03	0,03	0,34	0,47	0,02	-	38,00	-	0,73	61,80
6803108	Papaya	-	54,71	0,03	0,03	0,34	0,47	0,02	-	38,00	-	0,73	61,80
6803201	Manga	-	38,25	0,06	0,06	0,58	0,72	0,13	-	14,00	-	1,12	27,70
6803215	Manguito	-	38,25	0,06	0,06	0,58	0,72	0,13	-	14,00	-	1,12	27,70
6803301	Maracujá	-	63,63	-	0,13	1,50	1,50	0,10	-	14,00	-	0,02	30,00
6803401	Melancia	-	28,50	0,03	0,02	0,18	0,29	0,05	-	3,00	-	0,05	8,10
6803501	Melão	-	2,50	0,04	0,01	0,42	0,50	0,09	-	19,00	-	0,03	18,00
6803601	pera	-	1,17	0,01	0,03	0,16	0,19	0,03	-	7,00	-	0,21	4,20
6803701	Pêssego	-	16,29	0,02	0,03	0,81	0,97	0,03	-	4,00	-	0,71	6,60
6803801	Fruta-de-conde	-	-	0,09	0,12	0,57	0,57	0,21	-	18,00	-	-	11,50
6803802	Pinha (fruta-de-conde)	-	-	0,09	0,12	0,57	0,57	0,21	-	18,00	-	-	11,50
6803803	Ata	-	-	0,09	0,12	0,57	0,57	0,21	-	18,00	-	-	11,50
6803901	Uva	-	3,29	0,07	0,07	0,19	0,37	0,09	-	2,00	-	0,38	10,80
6803912	Uva passa	-	-	0,11	0,13	0,77	1,60	0,17	-	5,00	-	0,11	2,30
6804001	Jenipapo	30,00	-	0,04	0,04	0,50	-	-	-	-	-	-	33,00
6804101	Jaca	-	14,85	0,03	0,11	0,40	0,40	0,11	-	14,00	-	0,10	6,70
6804201	Goiaba	-	31,17	0,07	0,04	1,08	1,45	0,11	-	49,00	-	0,73	228,30
6804203	Araçá-açu (goiaba)	-	31,17	0,07	0,04	1,08	1,45	0,11	-	49,00	-	0,73	228,30
6804301	Ameixa	-	17,29	0,03	0,03	0,42	0,57	0,03	-	5,00	-	0,28	9,50
6804401	Caju	-	7,00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6804501	Cereja	-	3,17	0,03	0,03	0,15	0,30	0,05	-	4,00	-	0,06	7,00
6804601	Cajá-manga	-	-	0,11	-	-	-	0,05	-	-	-	-	26,70
6804602	Cajarana	34,00	-	0,05	0,02	1,40	-	-	-	-	-	-	36,00
6804701	Taperebá	23,00	-	0,08	0,06	0,50	-	-	-	-	-	-	28,00

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6804702	Acaja (taberebá)	-	-	0,11	-	-	-	0,05	-	-	-	-	26,70	
6804801	Carambola	-	3,08	0,01	0,02	0,37	0,50	0,02	-	12,00	-	0,15	34,40	
6804901	Jabuticaba	-	29,92	0,07	0,06	0,50	0,72	0,23	-	6,00	-	1,00	36,00	
6805001	Graviola	-	-	0,17	0,12	-	-	0,03	-	-	-	-	19,10	
6805201	Morango	-	0,58	0,02	0,02	0,39	0,52	0,05	-	24,00	-	0,28	58,80	
6805301	Jambo	-	-	0,08	-	1,18	-	-	-	-	-	-	3,80	
6805401	Atemoia	-	-	0,09	0,12	0,57	0,57	0,21	-	18,00	-	-	11,50	
6805601	Mangaba	30,00	-	0,04	0,04	0,50	-	-	-	-	-	-	33,00	
6805701	Araçá	-	31,17	0,07	0,04	1,08	1,45	0,11	-	49,00	-	0,73	228,30	
6805801	Nêspera	-	85,92	0,02	0,02	0,18	0,26	0,10	-	14,00	-	0,89	1,00	
6805901	Fruta-pão	-	-	0,11	0,03	0,90	0,90	0,10	-	14,00	-	0,10	29,00	
6806001	Sapoti	4,00	-	0,01	0,01	0,20	-	-	-	-	-	-	13,00	
6806101	Uxi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6806201	Tamarindo	-	1,50	0,43	0,15	1,94	2,24	0,07	-	14,00	-	0,10	3,50	
6806301	Cacau	-	-	0,25	-	-	-	0,04	-	-	-	-	13,60	
6806401	Pitomba	-	-	0,01	0,07	0,60	0,79	0,10	-	14,00	-	0,07	71,50	
6806501	Bacuri	30,00	-	0,04	0,04	0,50	-	-	-	-	-	-	33,00	
6806601	Ingá	-	-	0,04	0,06	0,40	-	-	-	-	-	-	9,00	
6806701	Pequi	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6806801	Pitanga	-	77,00	0,03	0,10	-	-	-	-	-	-	-	24,90	
6806901	Ciriguela	-	-	0,14	-	-	-	-	-	-	-	-	27,00	
6807001	Murici	7,00	-	0,02	-	0,40	-	0,04	-	-	-	-	84,00	
6807101	Umbu	-	-	0,05	0,06	-	-	0,03	-	-	-	-	24,10	
6807103	Imbu	-	-	0,05	0,06	-	-	0,03	-	-	-	-	24,10	
6807202	Biribá	-	-	0,09	0,12	0,57	0,57	0,21	-	18,00	-	-	11,50	
6807301	Cupuacu	-	-	0,37	0,04	4,34	-	0,07	-	-	-	-	24,50	
6807401	Nectarina	-	16,58	0,03	0,03	1,13	1,21	0,03	-	5,00	-	0,70	5,40	
6807501	Mari	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6807601	Romã	-	-	0,12	0,17	-	-	0,05	-	-	-	-	8,10	
6807701	Acerola	-	121,00	0,02	0,06	0,40	0,40	0,01	-	14,00	-	0,13	1677,60	
6807801	Kiwi	-	4,33	0,03	0,03	0,34	0,59	0,06	-	25,00	-	1,31	92,70	
6808001	Abiu	-	-	-	0,04	-	-	0,05	-	-	-	-	10,30	
6808201	Jurubeba	-	-	0,13	0,02	-	-	0,20	-	-	-	-	13,80	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)	
														Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6808401	Fruta (não especificada)	-	3,21	0,03	0,07	0,67	0,82	0,37	-	20,00	-	0,13	8,70	-	-
6808601	Maça orgânica	-	2,71	0,02	0,03	0,09	0,11	0,04	-	3,00	-	0,21	4,60	-	-
6808901	Acerola orgânica	-	121,00	0,02	0,06	0,40	0,40	0,01	-	14,00	-	0,13	1677,60	-	-
6809901	Amora	21,33	10,67	0,02	0,03	0,65	0,65	0,03	-	25,00	-	1,43	21,00	-	-
6810201	Jamelão (jamburão)	-	29,92	0,07	0,06	0,50	0,72	0,23	-	6,00	-	1,00	36,00	-	-
Açúcares e produtos de confeitaria															
6900302	Demerara	-	-	-	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6900304	Açúcar mascavo	-	-	-	-	0,11	0,11	0,04	-	1,00	-	-	-	-	-
6900401	Rapadura	-	-	-	0,05	-	-	0,20	-	-	-	-	-	-	-
6900402	Alfeneim de cana	-	-	-	0,05	-	-	0,20	-	-	-	-	-	-	-
6900403	Batida (rapadura)	-	-	-	-	0,11	0,11	0,04	-	1,00	-	-	-	-	-
6900501	Sorvete de qualquer sabor industrializado	116,00	117,58	0,04	0,23	0,15	0,93	0,05	0,36	8,66	0,62	0,30	0,63	-	-
6900502	Picolé de qualquer sabor industrializado	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,70	-	-
6900601	Chiclete	-	-	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	-	-	-	-	-	-	-
6900603	Bala	-	-	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-	-
6900604	Caramelo (bala)	11,00	11,17	0,10	0,26	0,15	1,15	0,06	0,30	4,00	0,02	0,46	0,40	-	-
6900605	Drops	-	-	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-	-
6900606	Pastilha	-	-	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	-	-	-	-	-	-	-
6900607	Pirulito	-	-	0,00	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-	-
6900609	Goma de mascar	-	-	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	-	-	-	-	-	-	-
6900610	Jujuba	-	-	0,00	0,01	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-	-
6900701	Tablete de chocolate	56,00	56,67	0,11	0,30	0,39	1,87	0,04	0,75	11,00	-	0,51	-	-	-
6900702	Barra de chocolate	56,00	56,67	0,11	0,30	0,39	1,87	0,04	0,75	11,00	-	0,51	-	-	-
6900706	Confete	61,00	61,00	0,08	0,21	0,27	1,10	0,03	0,53	8,00	-	0,36	0,50	-	-
6900801	Chocolate em pó de qualquer marca	1,08	1,09	0,05	0,18	0,19	0,93	0,05	0,21	4,33	-	1,16	0,14	-	-
6900818	Ovomaltine	529,00	529,00	0,53	0,60	7,05	9,38	0,11	1,32	-	1,92	0,04	105,82	-	-
6900821	Achocolatado em pó	-	-	0,01	0,06	0,20	1,33	0,91	-	4,00	-	0,04	27,30	-	-
6900822	Toddynho	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90	-	-
6900901	Bombom de qualquer marca	-	-	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6900904	Trufa	97,82	99,47	0,05	0,09	0,34	1,23	0,03	0,04	10,76	0,94	0,52	0,08	-	-
6901001	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor	-	-	0,02	0,08	0,04	0,12	0,02	-	11,00	-	0,12	8,80	-	-
6901002	Mousse de qualquer sabor (Geleia)	160,19	162,66	0,04	0,21	0,12	1,23	0,05	0,38	15,95	0,98	0,70	0,25	-	-
6901101	Geleia de mocotó	-	-	-	0,01	-	-	-	-	1,07	-	-	-	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6901201	Doce de frutas em pasta de qualquer sabor	-	9,35	0,02	0,03	0,33	0,44	0,03	-	14,70	-	0,22	68,49	
6901203	Pasta de amendoim	-	-	0,07	0,11	13,40	17,19	0,54	-	74,00	-	8,99	-	
6901204	Pessegada	-	38,17	0,01	0,03	0,61	0,63	0,02	-	3,00	-	0,73	2,80	
6901206	Marmelada	-	-	0,02	0,08	0,04	0,12	0,02	-	11,00	-	0,12	8,80	
6901209	Figada	-	1,83	0,02	0,04	0,43	0,48	0,07	-	2,00	-	0,12	1,00	
6901211	Goiabada	-	9,35	0,02	0,03	0,33	0,44	0,03	-	14,70	-	0,22	68,49	
6901214	Caju em pasta	-	9,35	0,02	0,03	0,33	0,44	0,03	-	14,70	-	0,22	68,49	
6901224	Mariola	-	9,35	0,02	0,03	0,33	0,44	0,03	-	14,70	-	0,22	68,49	
6901301	Doce de frutas em calda de qualquer sabor	-	38,17	0,01	0,03	0,61	0,63	0,02	-	3,00	-	0,73	2,80	
6901401	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor	-	9,35	0,02	0,03	0,33	0,44	0,03	-	14,70	-	0,22	68,49	
6901501	Melado	-	-	-	0,05	-	-	0,20	-	-	-	-	-	
6901602	Mel	-	-	-	0,04	0,12	0,19	0,02	-	2,00	-	-	0,50	
6901701	Gelatina de qualquer sabor	-	-	0,02	0,08	0,04	0,12	0,02	-	11,00	-	0,12	8,80	
6901801	Adoçante artificial	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6902004	Merengue	-	-	0,00	0,27	0,06	1,25	0,00	0,05	2,28	-	-	-	
6902301	Schmier de cana	-	-	-	0,05	-	-	0,20	-	-	-	-	-	
6902401	Fruta seca ou desidratada	-	39,08	0,05	0,19	1,88	2,30	0,21	-	4,00	-	0,37	0,60	
6902402	Passa	-	-	0,11	0,13	0,77	1,60	0,17	-	5,00	-	0,11	2,30	
6902601	Pudim de qualquer sabor	64,57	65,21	0,05	0,27	0,09	1,62	0,06	0,60	15,36	1,02	0,32	-	
6902607	Danette pudim	64,57	65,21	0,05	0,27	0,09	1,62	0,06	0,60	15,36	1,02	0,32	-	
6902701	Manjar	85,82	86,88	0,07	0,38	0,19	2,02	0,08	0,48	17,33	0,90	0,37	1,64	
6902901	Cuscuz	-	0,06	0,06	0,03	1,19	2,12	0,04	-	6,82	-	0,05	-	
6902902	Cuscuz de tapioca	45,19	45,71	0,05	0,22	0,10	1,48	0,05	0,51	10,01	1,01	0,18	-	
6903001	Maria-mole	-	-	0,02	0,02	0,27	0,59	0,15	-	5,11	-	0,23	0,89	
6903101	Cocada	-	-	0,02	0,02	0,17	0,36	0,10	-	2,80	-	0,14	0,25	
6903102	Quebra-queixo	-	-	0,02	0,02	0,17	0,36	0,10	-	2,80	-	0,14	0,25	
6903201	Doce de amendoim	30,53	32,04	0,05	0,04	5,49	7,02	0,18	-	47,66	-	2,87	0,32	
6903202	Pé de moleque	-	-	0,22	0,10	5,71	7,21	0,09	-	43,37	-	2,39	5,90	
6903203	Paçoca	-	-	0,19	0,04	5,86	7,55	0,11	-	64,70	-	3,00	-	
6903204	Torrão de amendoim	-	0,04	0,11	0,53	1,72	3,58	0,08	0,00	25,55	-	13,07	0,13	
6903205	Paçoquinha de amendoim	-	-	0,19	0,04	5,86	7,55	0,11	-	64,70	-	3,00	-	
6903207	Amendoim caramelizado	-	-	0,22	0,10	5,71	7,21	0,09	-	43,37	-	2,39	5,90	
6903208	Amendoim amanteigado	-	-	0,64	0,14	12,07	16,23	0,35	-	240,00	-	8,33	-	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
6906501	<i>Diet shake</i>	803,11	803,22	1,61	0,70	25,00	29,62	2,14	4,29	588,80	3,57	24,12	64,29	
6906502	Concentrado alimentar <i>diet shake</i>	803,11	803,22	1,61	0,70	25,00	29,62	2,14	4,29	588,80	3,57	24,12	64,29	
6906602	Açúcar	-	-	-	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	
6907001	Açúcar <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6907201	Barra de cereais	607,36	607,49	1,02	1,15	13,51	14,22	1,35	-	178,46	-	3,20	0,10	
6907202	Barra de cereais salgada	607,36	607,49	1,02	1,15	13,51	14,22	1,35	-	178,46	-	3,20	0,10	
6907203	Barra de cereais doce	607,36	607,49	1,02	1,15	13,51	14,22	1,35	-	178,46	-	3,20	0,10	
6907301	Sobremesa de qualquer tipo (exceto infantil)	64,57	65,21	0,05	0,27	0,09	1,62	0,06	0,60	15,36	1,02	0,32	-	
6907401	Rabanada	40,00	-	0,02	0,19	0,60	-	0,05	-	-	-	-	-	
6907501	<i>Milk shake</i>	76,22	77,11	0,03	0,19	0,14	0,79	0,04	0,34	4,37	0,77	0,17	0,40	
6907901	Geleia <i>diet</i>	-	0,32	0,01	0,01	0,21	0,29	0,03	-	13,20	-	0,15	32,34	
6908001	Doce de frutas <i>diet</i>	-	0,32	0,01	0,01	0,21	0,29	0,03	-	13,20	-	0,15	32,34	
6908401	Pastéis de santa clara	64,57	65,21	0,05	0,27	0,09	1,62	0,06	0,60	15,36	1,02	0,32	-	
6908501	Suspiro	-	-	0,00	0,27	0,06	1,25	0,00	0,05	2,28	-	-	-	
6909301	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor <i>diet</i>	-	0,32	0,01	0,01	0,21	0,29	0,03	-	13,20	-	0,15	32,34	
6909601	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>light</i>	101,02	105,68	0,04	0,21	0,13	1,39	0,04	0,33	5,00	0,60	0,21	1,00	
6909701	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>diet</i>	116,00	117,58	0,04	0,24	0,12	0,87	0,05	0,39	5,00	0,44	0,30	0,60	
6909803	Bala <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6909901	Chiclete <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6909903	Bala <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6910002	Barra de chocolate <i>light</i>	0,62	0,65	0,12	0,44	0,85	2,99	0,08	0,62	19,49	-	4,47	0,87	
6910102	Barra de chocolate <i>diet</i>	0,62	0,65	0,12	0,44	0,85	2,99	0,08	0,62	19,49	-	4,47	0,87	
6910221	Achocolatado em pó <i>light</i>	4,72	4,68	0,28	1,06	0,83	7,57	0,26	1,93	28,74	-	0,02	2,22	
6910321	Achocolatado em pó <i>diet</i>	4,63	4,68	0,28	1,06	0,83	7,57	0,26	1,93	28,74	-	0,02	2,22	
6910322	Toddynho <i>diet</i>	26,86	27,26	0,05	0,21	0,14	1,45	0,11	0,46	5,66	0,96	0,07	2,36	
6910401	Bombom de qualquer marca <i>light</i>	-	-	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	
6910501	Bombom de qualquer marca <i>diet</i>	-	-	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	
6910502	Bombom caramelizado de qualquer marca <i>diet</i>	-	-	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	
6910601	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06	
6910604	Geleia <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06	
6910605	Geleia de frutas <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06	
6910701	Doce de frutas em barra ou pasta <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06	
6910702	Doce de frutas em pasta <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
6910801	Pudim de qualquer sabor <i>light</i>	84,57	85,04	0,03	0,27	0,08	1,22	0,06	0,60	15,36	1,22	0,29	-
6910808	Pudim danette <i>light</i>	84,57	85,04	0,03	0,27	0,08	1,22	0,06	0,60	15,36	1,22	0,29	-
6910901	Pudim de qualquer sabor <i>diet</i>	84,57	85,04	0,03	0,27	0,08	1,22	0,06	0,60	15,36	1,22	0,29	-
6911201	Doce de leite <i>light</i>	31,53	31,98	0,10	0,43	0,23	2,39	0,08	1,12	11,48	0,07	0,08	-
6911301	Doce de leite <i>diet</i>	31,53	31,98	0,10	0,43	0,23	2,39	0,08	1,12	11,48	0,07	0,08	-
6912501	Barra de cereais <i>diet</i>	-	1,30	0,23	0,10	2,26	3,43	0,28	-	49,60	-	1,18	37,08
6912502	Barra de cereais doce <i>diet</i>	-	1,30	0,23	0,10	2,26	3,43	0,28	-	49,60	-	1,18	37,08
6912801	<i>Milk shake diet</i>	803,11	803,22	1,61	0,70	25,00	29,62	2,14	4,29	588,80	3,57	24,12	64,29
6913001	Cocada <i>diet</i>	-	-	0,02	0,02	0,17	0,36	0,10	-	2,80	-	0,14	0,25
6913101	Doce de amendoim <i>diet</i>	-	-	0,09	0,09	13,83	17,68	0,46	-	120,00	-	6,94	0,80
6913103	Paçoca <i>diet</i>	-	-	0,09	0,09	13,83	17,68	0,46	-	120,00	-	6,94	0,80
6913108	Amendoim amanteigado <i>diet</i>	71,01	72,40	0,17	0,04	3,20	4,33	0,09	0,02	63,81	0,15	2,45	-
6913801	Doce à base de leite <i>diet</i>	31,53	31,98	0,10	0,43	0,23	2,39	0,08	1,12	11,48	0,07	0,08	-
6913901	Gelatina de qualquer sabor <i>light</i>	-	0,26	0,02	0,03	0,17	0,17	0,04	-	1,90	-	-	0,06
6914001	Adoçante <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6914002	Adoçante em pó <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6914003	Adoçante líquido <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Sais e condimentos													
7001501	Mostarda molho	-	3,50	0,34	0,03	0,52	0,67	0,06	-	7,00	-	0,36	1,50
7002304	Hortelã	-	-	0,01	0,00	-	-	-	-	1,00	-	-	-
7002401	Alcaparra em conserva	-	6,92	0,02	0,14	0,65	0,97	0,02	-	23,00	-	0,88	4,30
7002601	Coentro	-	292,50	1,25	1,50	10,71	10,71	0,61	-	274,00	-	1,03	566,70
7003601	Molho de soja	-	-	0,03	0,17	2,20	3,70	0,15	-	14,00	-	-	-
7003604	<i>Shoyo</i>	-	-	0,03	0,17	2,20	3,70	0,15	-	14,00	-	-	-
7003801	Leite de coco	-	-	0,02	-	0,67	0,99	0,03	-	14,03	-	0,01	1,10
7004301	Matonese (molho)	9,89	13,68	0,01	0,02	0,02	0,11	0,02	0,05	4,04	0,07	1,96	0,12
7004701	Massa de tomate	-	25,50	0,03	0,08	1,47	1,65	0,13	-	11,00	-	1,95	10,60
7004801	Molho de tomate	-	17,42	0,02	0,07	0,98	1,14	0,10	-	11,00	-	1,42	7,00
7004802	Ketchup	-	46,67	0,01	0,13	1,43	1,73	0,15	-	10,00	-	1,46	15,10
7004803	Catchup	-	46,67	0,01	0,13	1,43	1,73	0,15	-	10,00	-	1,46	15,10
7006101	Pimenta em pó	-	15,00	0,11	0,24	1,14	1,14	0,29	-	10,00	-	0,72	21,00
7007101	Tucupi em caldo sem pimenta	21,28	10,64	0,00	0,00	0,00	0,01	0,00	-	0,05	-	0,01	0,10
7007502	Creme de queijo	127,23	130,14	0,06	0,25	0,31	3,08	0,05	0,60	13,29	0,89	0,26	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7007701	Caldo de peixe	1,00	1,00	-	0,03	1,37	1,75	0,01	0,10	4,00	0,19	0,15	-	
7007901	Caldo de tomate	-	6,33	0,04	0,03	0,48	0,61	0,02	-	8,79	-	0,49	5,69	
7009102	Gergelim	-	3,33	0,70	0,09	5,80	11,30	0,40	-	115,00	-	1,68	-	
7010301	Tomate seco	-	64,33	0,19	0,38	3,63	4,25	0,32	-	23,00	-	1,85	101,80	
7010401	Maionesa (molho) <i>light</i>	10,11	13,62	0,01	0,03	0,02	0,13	0,02	0,06	3,70	0,07	0,82	0,11	
7010501	Molho de soja <i>light</i>	-	-	0,05	0,13	3,37	4,60	0,17	-	16,04	-	-	-	
7010601	Leite de coco <i>light</i>	-	-	0,02	-	0,67	0,99	0,03	-	14,03	-	0,01	1,10	
7079202	Vinagrete	-	39,19	0,03	0,02	0,27	0,39	0,05	-	17,93	-	1,07	13,73	
Carnes e vísceras														
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,11	0,19	5,62	9,08	0,41	1,71	19,07	0,60	0,64	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7100101	Filé-mignon	-	3,48	0,06	0,14	4,48	7,21	0,34	1,37	10,20	0,48	0,63	1,40	
7100101	Filé-mignon	20,70	21,08	0,08	0,17	4,38	7,35	0,33	1,46	11,60	0,71	0,41	0,00	
7100101	Filé-mignon	17,91	18,26	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,72	10,08	0,64	0,49	-	
7100101	Filé-mignon	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,11	0,19	5,62	9,08	0,41	1,71	19,07	0,60	0,64	-	
7100201	Contrafilé	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7100201	Contrafilé	-	3,48	0,06	0,14	4,48	7,21	0,34	1,37	10,20	0,48	0,63	1,40	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,11	0,15	7,14	10,07	0,54	1,52	17,07	0,60	0,70	-	
7100205	Bisteca bovina	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7100205	Bisteca bovina	-	3,48	0,05	0,13	2,16	4,08	0,20	2,10	6,20	0,48	0,52	1,40
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100301	Alcatra	-	3,48	0,06	0,14	4,48	7,21	0,34	1,37	10,20	0,48	0,63	1,40
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100301	Alcatra	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100303	Maminha	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100303	Maminha	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100303	Maminha	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100303	Maminha	-	3,48	0,06	0,21	3,24	6,44	0,24	2,16	9,40	0,56	0,40	1,40
7100304	Picanha	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100304	Picanha	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100304	Picanha	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7100304	Picanha	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100304	Picanha	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,89	-
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100501	Patinho	-	3,48	0,06	0,21	3,24	6,44	0,24	2,16	9,40	0,56	0,40	1,40
7100501	Patinho	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7100604	Posta branca	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100604	Posta branca	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-	-
7100604	Posta branca	-	3,48	0,06	0,21	3,24	6,44	0,24	2,16	9,40	0,56	0,40	1,40	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-	-
7100606	Tatu (lagarto redondo)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100607	Paulista	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100607	Paulista	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-	-
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-	-
7100702	Posta vermelha	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7100801	Acém	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100801	Acém	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100801	Acém	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100801	Acém	-	-	0,12	0,25	3,47	7,93	0,26	2,83	18,07	0,70	0,35	-	-
7100801	Acém	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100801	Acém	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100803	Agulha (acém)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100803	Agulha (acém)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100803	Agulha (acém)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100905	Paleta	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100905	Paleta	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100905	Paleta	-	3,48	0,07	0,19	2,76	6,29	0,22	2,26	9,40	0,56	0,40	1,40	-
7100905	Paleta	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7100908	Pá com osso	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100908	Pá com osso	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7100908	Pá com osso	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7101001	Músculo bovino	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7101001	Músculo bovino	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7101001	Músculo bovino	-	3,48	0,06	0,21	3,24	6,44	0,24	2,16	9,40	0,56	0,40	1,40	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)													
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)		
7101001	Músculo bovino	13	Enspado	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-
7101001	Músculo bovino	15	Sopa	-	0,75	0,05	0,06	1,28	1,96	0,07	0,34	10,13	0,09	0,04	1,87
7101006	Chambaril	2	Cozido(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101006	Chambaril	4	Assado(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101006	Chambaril	7	Refogado(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7101009	Carne marica bovina	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7101009	Carne marica bovina	5	Frito(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-
7101009	Carne marica bovina	7	Refogado(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-
7101011	Vazio (carne bovina)	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7101011	Vazio (carne bovina)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7101011	Vazio (carne bovina)	5	Frito(a)	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-
7101101	Peito bovino	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7101101	Peito bovino	5	Frito(a)	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	4	Assado(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7101202	Fraldinha (capa de filé)	5	Frito(a)	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-
7101203	Aba de filé	1	Crú(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101203	Aba de filé	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101203	Aba de filé	5	Frito(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7101301	Costela bovina	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101301	Costela bovina	4	Assado(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101301	Costela bovina	7	Refogado(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101301	Costela bovina	13	Enspado	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	2	Cozido(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	4	Assado(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	5	Frito(a)	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-
7101706	Filé de segunda	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101706	Filé de segunda	4	Assado(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7101706	Filé de segunda	5	Frito(a)	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7101706	Filé de segunda	6	Empanado(a)/à milanesa	-	-	0,12	0,25	3,47	7,93	0,26	2,83	18,07	0,70	0,35	-
7101706	Filé de segunda	10	Ao alho e óleo	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7101801	Viscera bovina	2	Cozido(a)	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7101801	Viscera bovina	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,72	1,90	
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	1539,87	1553,60	0,14	0,81	4,90	7,36	0,39	6,66	232,51	0,10	0,58	34,22	
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	1539,87	1553,60	0,14	0,81	4,90	7,36	0,39	6,66	232,51	0,10	0,58	34,22	
7101901	Coração bovino	-	-	0,10	1,21	6,68	12,05	0,25	10,80	5,00	-	0,29	-	
7101901	Coração bovino	-	-	0,10	1,21	6,68	12,05	0,25	10,80	5,00	-	0,29	-	
7101901	Coração bovino	-	-	0,10	1,21	6,68	12,05	0,25	10,80	5,00	-	0,29	-	
7101901	Coração bovino	-	-	0,10	1,21	6,68	12,05	0,25	10,80	5,00	-	0,50	-	
7102001	Rim de boi	-	-	0,16	2,97	3,92	8,92	0,39	24,90	83,00	0,80	0,08	-	
7102102	Befe bovino	-	-	0,16	2,97	3,92	8,92	0,39	24,90	83,00	0,80	0,08	-	
7102102	Befe bovino	-	-	0,16	2,97	3,92	8,92	0,39	24,90	83,00	0,80	0,29	-	
7102102	Befe bovino	-	-	0,16	2,97	3,92	8,92	0,39	24,90	83,00	0,80	0,29	-	
7102201	Miolo de boi	-	5,83	0,07	0,22	3,62	5,12	0,14	10,10	5,00	-	1,67	10,50	
7102401	Tripa bovina	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102401	Tripa bovina	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102401	Tripa bovina	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,35	-	
7102401	Tripa bovina	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102402	Dobradinha fresca	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102402	Dobradinha fresca	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102402	Dobradinha fresca	-	3,48	0,01	0,03	0,56	1,62	0,02	0,58	4,60	-	0,40	1,40	
7102402	Dobradinha fresca	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,35	-	
7102402	Dobradinha fresca	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102403	Fato bovino	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102403	Fato bovino	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,35	-	
7102404	Fato caprino	-	-	-	0,03	0,46	1,74	-	0,72	3,00	-	0,14	-	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,72	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,23	3,45	17,79	24,02	1,02	70,58	262,07	0,40	0,72	1,90	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,72	1,90	
7102501	Fígado bovino	7542,40	7557,42	0,16	2,75	14,22	19,16	0,83	56,46	204,60	0,32	0,69	2,92	
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,72	1,90	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7102501	Fígado bovino	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,72	1,90	
7102601	Cupim	-	-	-	0,08	2,16	-	0,14	-	-	-	-	-	
7102601	Cupim	-	-	-	0,08	2,16	-	0,14	-	-	-	-	-	
7102601	Cupim	-	-	-	0,07	2,03	-	0,13	-	-	-	0,49	-	
7102701	Língua bovina	-	-	0,02	0,29	3,49	6,32	0,16	3,13	7,00	-	0,30	1,30	
7102701	Língua bovina	-	-	0,02	0,29	3,49	6,32	0,16	3,13	7,00	-	0,30	1,30	
7102701	Língua bovina	-	-	0,02	0,29	3,49	6,32	0,16	3,13	7,00	-	0,30	1,30	
7102701	Língua bovina	-	-	0,02	0,29	3,49	6,32	0,16	3,13	7,00	-	0,51	1,30	
7102701	Língua bovina	-	3,48	0,02	0,25	2,99	5,29	0,14	2,50	7,80	-	0,52	2,44	
7102701	Língua bovina	-	-	0,02	0,29	3,49	6,32	0,16	3,13	7,00	-	0,51	1,30	
7102801	Rabada de boi	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-	
7103101	Mocotó bovino	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	
7103101	Mocotó bovino	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	
7103101	Mocotó bovino	-	0,75	0,05	0,06	1,28	1,96	0,07	0,34	10,13	0,09	0,04	1,57	
7103101	Mocotó bovino	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	
7103104	Braço bovino	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-	
7103105	Mão bovina	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	
7103301	Carré	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103301	Carré	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103301	Carré	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103301	Carré	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103305	Bisteca suína	3,00	3,00	0,41	0,38	5,48	11,63	0,35	1,08	4,00	1,10	0,34	-	
7103401	Pernil suíno	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	
7103401	Pernil suíno	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	
7103401	Pernil suíno	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,68	0,30	
7103401	Pernil suíno	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,68	0,30	
7103403	Quarto suíno	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7104301	Carne moída	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,62	-
7104301	Carne moída	-	3,48	0,03	0,15	4,38	6,38	0,30	2,00	7,00	0,36	0,61	1,40
7104301	Carne moída	20,70	21,08	0,05	0,18	4,28	6,53	0,29	2,09	8,40	0,59	0,39	0,00
7104301	Carne moída	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,62	-
7104301	Carne moída	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,62	-
7104301	Carne moída	-	0,75	0,05	0,06	1,28	1,96	0,07	0,34	10,13	0,09	0,04	1,57
7104301	Carne moída	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-
7104302	Guisado	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7104501	Tripa suína	-	-	0,01	0,05	0,09	2,22	-	0,42	1,00	-	0,23	-
7104501	Tripa suína	-	-	0,01	0,05	0,09	2,22	-	0,42	1,00	-	0,44	-
7104601	Figado suíno	5405,00	5405,00	0,26	2,20	8,44	14,54	0,57	18,67	163,00	1,10	0,56	23,60
7104601	Figado suíno	5405,00	5405,00	0,26	2,20	8,44	14,54	0,57	18,67	163,00	1,10	0,56	23,60
7104601	Figado suíno	5405,00	5405,00	0,26	2,20	8,44	14,54	0,57	18,67	163,00	1,10	0,77	23,60
7104701	Língua suína	-	-	0,32	0,51	5,34	9,97	0,23	2,39	4,00	-	0,53	1,70
7104701	Língua suína	-	-	0,32	0,51	5,34	9,97	0,23	2,39	4,00	-	0,53	1,70
7104701	Língua suína	-	-	0,32	0,51	5,34	9,97	0,23	2,39	4,00	-	0,74	1,70
7104701	Língua suína	-	-	0,32	0,51	5,34	9,97	0,23	2,39	4,00	-	0,74	1,70
7105001	Orelha suína fresca	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40
7105103	Sarrabulho	1539,87	1553,60	0,14	0,81	4,90	7,36	0,39	6,66	232,51	0,10	0,58	34,22
7105203	Mocotó suíno	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40
7105401	Carne de cabrito	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105401	Carne de cabrito	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105401	Carne de cabrito	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105402	Carne de bode	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105402	Carne de bode	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105402	Carne de bode	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105402	Carne de bode	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105403	Carne caprina	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105403	Carne caprina	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-
7105403	Carne caprina	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,55	-
7105403	Carne caprina	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,55	-
7105405	Carne de caprino	-	-	0,09	0,61	3,95	10,67	-	1,19	5,00	-	0,34	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7107601	Carne de outros animais	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	
7107601	Carne de outros animais	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	
7107601	Carne de outros animais	-	3,48	0,07	0,19	2,76	6,29	0,22	2,26	9,40	0,56	0,40	1,40	
7107601	Carne de outros animais	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	
7107601	Carne de outros animais	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	
7107603	Carne da paca	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107603	Carne da paca	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107603	Carne da paca	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,66	3,00	
7107611	Carne de jacaré	18,00	18,00	0,11	0,18	3,00	6,67	0,12	1,01	15,00	-	0,63	-	
7107611	Carne de jacaré	18,00	18,00	0,11	0,18	3,00	6,67	0,12	1,01	15,00	-	0,84	-	
7107615	Carne de capivara	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107615	Carne de capivara	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107615	Carne de capivara	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,66	3,00	
7107617	Carne de coita	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107617	Carne de coita	-	-	0,05	0,31	2,20	2,20	0,47	8,30	11,00	-	0,45	3,00	
7107622	Carne de jabuti	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,92	0,66	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,11	0,19	5,62	9,08	0,41	1,71	19,07	0,60	0,64	-	
7107801	Carne de primeira	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7107801	Carne de primeira	-	3,48	0,06	0,14	4,48	7,21	0,34	1,37	10,20	0,48	0,63	1,40	
7107801	Carne de primeira	20,70	21,08	0,08	0,17	4,38	7,35	0,33	1,46	11,60	0,71	0,41	0,00	
7107801	Carne de primeira	17,91	18,26	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,72	10,08	0,64	0,49	-	
7107804	Chuleta	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107804	Chuleta	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107804	Chuleta	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107804	Chuleta	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	-
7107805	Filé não especificado	-	-	0,11	0,19	5,62	9,08	0,41	1,71	19,07	0,60	0,64	-	-
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	-
7107805	Filé não especificado	-	3,48	0,06	0,14	4,48	7,21	0,34	1,37	10,20	0,48	0,63	1,40	-
7107805	Filé não especificado	17,91	18,26	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,72	10,08	0,64	0,49	-	-
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,64	-	-
7107805	Filé não especificado	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-	-
7108107	Miúdo de bode	9428,00	9442,42	0,19	3,43	17,53	23,66	1,02	70,58	253,00	0,40	0,51	1,90	-
7108301	Pé suíno fresco	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	-
7108301	Pé suíno fresco	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,32	0,40	-
7108301	Pé suíno fresco	2,00	2,00	0,64	0,31	5,36	11,46	0,40	0,55	9,00	0,80	0,53	0,40	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,12	0,25	3,47	7,93	0,26	2,83	18,07	0,70	0,35	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7109101	Carne bovina	-	3,48	0,07	0,19	2,76	6,29	0,22	2,26	9,40	0,56	0,40	1,40	-
7109101	Carne bovina	20,70	21,08	0,08	0,22	2,66	6,43	0,21	2,35	10,80	0,79	0,18	0,00	-
7109101	Carne bovina	17,91	18,26	0,08	0,23	3,21	7,58	0,26	2,84	9,08	0,74	0,20	-	-
7109101	Carne bovina	17,91	18,26	0,08	0,23	3,21	7,58	0,26	2,84	9,08	0,74	0,20	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-	-
7109101	Carne bovina	-	0,75	0,05	0,06	1,28	1,96	0,07	0,34	10,13	0,09	0,04	1,57	-
7109101	Carne bovina	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7110601	Lombo não especificado	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	-
7110601	Lombo não especificado	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	-
7110601	Lombo não especificado	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	-
7110601	Lombo não especificado	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,68	0,30	-
7110601	Lombo não especificado	3,00	3,00	0,58	0,30	4,46	9,48	0,40	0,66	5,00	1,10	0,22	0,30	-
7110801	Músculo não especificado	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-	-
7110801	Músculo não especificado	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,35	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7110902	Ossada não especificada	-	-	0,07	0,33	8,24	12,66	0,30	1,57	17,00	1,50	0,50	-
7110902	Ossada não especificada	-	-	0,07	0,33	8,24	12,66	0,30	1,57	17,00	1,50	0,71	-
7110902	Ossada não especificada	-	-	0,07	0,33	8,24	12,66	0,30	1,57	17,00	1,50	0,50	-
7110902	Ossada não especificada	-	-	0,07	0,33	8,24	12,66	0,30	1,57	17,00	1,50	0,50	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,12	0,25	3,47	7,93	0,26	2,83	18,07	0,70	0,35	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7111202	Carne de segunda	-	3,48	0,07	0,19	2,76	6,29	0,22	2,26	9,40	0,56	0,40	1,40
7111202	Carne de segunda	17,91	18,26	0,08	0,23	3,21	7,58	0,26	2,84	9,08	0,74	0,20	-
7111202	Carne de segunda	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,35	-
7111401	Contrafilé orgânico	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
7111405	Bisteca orgânica	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-
7111405	Bisteca orgânica	-	-	0,05	0,15	2,45	4,82	0,22	2,62	5,00	0,60	0,29	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
7111702	Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,60	-
7111806	Tatu (lagarto redondo) orgânico	-	-	0,07	0,25	3,81	7,76	0,28	2,70	9,00	0,70	0,14	-
Pescados e frutos do mar													
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	0,24	2,51	18,07	1,10	0,90	-
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	10,40	13,88	0,07	0,10	1,94	5,58	0,21	2,01	9,40	0,88	0,81	1,40
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	45,47	47,69	0,08	0,13	1,96	5,86	0,21	6,40	11,51	1,00	0,72	1,72
7200101	Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7200401	Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7266101	Suru	13	181,00	0,15	0,43	3,35	8,12	0,11	98,89	29,00	0,20	0,83	22,10
7270401	Bacalhau	2	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7270401	Bacalhau	4	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7270401	Bacalhau	5	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7270401	Bacalhau	6	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	2,51	18,07	1,10	0,90	-
7270401	Bacalhau	7	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7270401	Bacalhau	8	10,40	13,88	0,07	0,10	1,94	5,58	2,01	9,40	0,88	0,81	1,40
7270401	Bacalhau	13	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7270401	Bacalhau	99	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	4	91,00	91,00	0,28	0,95	2,19	8,44	11,54	92,00	4,00	8,97	16,40
7273101	Ovas de peixe (qualquer espécie)	5	91,00	91,00	0,28	0,95	2,19	8,44	11,54	92,00	4,00	9,18	16,40
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,66	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,66	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,66	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,66	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,90	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	2,51	18,07	1,10	0,90	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	7	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,90	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8	10,40	13,88	0,07	0,10	1,94	5,58	2,01	9,40	4,40	0,81	1,40
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9	31,10	31,48	0,08	0,13	1,84	5,73	2,10	10,80	4,63	0,59	0,00
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,90	-
7400101	Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	99	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	5,50	0,66	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	2,51	18,07	1,10	0,90	-
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8	10,40	13,88	0,07	0,10	1,94	5,58	2,01	9,40	0,88	0,81	1,40
7400401	Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,90	-
7444101	Tracajá	2	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,92	0,66	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	2,51	9,00	1,10	0,66	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	0,24	2,51	18,07	1,10	0,90	-	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	10,40	13,88	0,07	0,10	1,94	5,58	0,21	2,01	9,40	0,88	0,81	1,40	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	45,47	47,69	0,08	0,13	1,96	5,86	0,21	6,40	11,51	1,00	0,72	1,72	
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-	
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-	
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,66	-	
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,86	-	
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,08	0,11	2,18	6,70	0,24	2,51	9,00	1,10	0,90	-	
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13,00	13,00	0,11	0,14	2,44	7,05	0,24	2,51	18,07	1,10	0,90	-	
Enlatados e conservas														
7700101	Azeitona	-	19,67	0,02	0,01	0,24	0,24	0,03	-	3,00	-	3,81	-	
7700201	Ervilha em conserva	-	26,67	0,12	0,08	0,73	1,23	0,06	-	44,00	-	0,03	9,60	
7700202	Petit-pois	-	26,67	0,12	0,08	0,73	1,23	0,06	-	44,00	-	0,03	9,60	
7700401	Milho verde em conserva	-	2,29	0,02	0,05	0,38	0,79	0,07	-	43,00	-	0,07	0,70	
7700501	Palmito em conserva	-	-	0,01	0,06	0,44	0,82	0,02	-	39,00	-	0,50	7,90	
7700601	Cogumelo em conserva	-	-	0,09	0,02	1,59	1,94	0,06	-	12,00	0,53	0,25	-	
7700602	Champignon em conserva	-	-	0,09	0,02	1,59	1,94	0,06	-	12,00	0,53	0,25	-	
7700701	Asparago em conserva	-	41,08	0,06	0,10	0,95	1,30	0,11	-	96,00	-	1,22	18,40	
7700901	Repolho em conserva	-	0,88	0,02	0,02	0,14	0,28	0,13	-	24,00	-	0,14	14,70	
7700902	Chucrute	-	0,88	0,02	0,02	0,14	0,28	0,13	-	24,00	-	0,14	14,70	
7701101	Legume não especificado em conserva	-	292,67	0,07	0,05	0,63	0,80	0,08	-	26,75	-	0,39	6,15	
7701404	Creme de cebola (sopa desidratada)	14,68	15,17	0,04	0,07	0,15	0,36	0,04	0,08	7,51	0,02	0,25	1,26	
7701405	Creme de legumes (sopa desidratada)	-	14,02	0,01	0,01	0,08	0,17	0,02	-	2,38	-	0,03	1,59	
7701406	Yakissoba	-	0,08	0,58	0,42	5,95	7,73	0,11	-	138,00	-	3,48	-	
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	56,89	0,16	0,08	1,39	1,94	0,11	-	46,85	-	0,05	6,66	
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	56,89	0,16	0,08	1,39	1,94	0,11	-	46,85	-	0,05	6,66	
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	56,89	0,16	0,08	1,39	1,94	0,11	-	46,85	-	0,05	6,66	
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	-	56,89	0,16	0,08	1,39	1,94	0,11	-	46,85	-	0,05	6,66	
7701901	Feijoadá	1,00	2,77	0,27	0,09	1,37	3,46	0,13	0,27	100,16	0,16	0,75	6,98	
7702001	Feijão branco com dobradinha em conserva	1,32	4,54	0,08	0,05	0,99	2,49	0,09	0,45	30,17	-	0,55	3,04	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7702101	Cozido	-	39,45	0,10	0,07	1,05	2,07	0,14	0,39	28,91	0,14	0,20	8,57	-
7702302	Pasta de carne em conserva	14,06	22,73	0,08	0,10	2,18	4,13	0,18	0,52	2,60	0,28	0,69	0,14	-
7702402	Pasta de presunto em conserva	26,83	26,83	0,30	0,19	4,05	7,57	0,17	0,56	5,22	0,53	0,24	-	-
7702502	Pasta de galinha em conserva	19,03	19,04	0,04	0,08	4,02	6,88	0,17	0,13	6,34	0,22	0,22	1,02	-
7702601	Carne bovina em conserva	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7702602	Almôndega	26,25	26,48	0,16	0,24	4,18	6,50	0,27	1,82	31,26	0,58	0,39	0,83	-
7702603	Kitute bovino	-	-	0,08	0,23	3,21	7,57	0,26	2,83	9,00	0,70	0,14	-	-
7702604	Almôndega ao molho em conserva	20,41	24,30	0,13	0,21	3,52	5,03	0,27	1,64	29,63	0,41	0,64	2,14	-
7702704	Kitute suíno	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702705	Presuntada	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702707	Fiambre	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702707	Fiambre	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702707	Fiambre	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702707	Fiambre	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7702801	Salsicha em conserva	18,44	18,44	0,08	0,09	2,00	3,62	0,10	0,27	1,79	0,27	0,41	0,00	-
7703002	Sardinha em conserva	32,00	32,00	0,08	0,23	5,25	9,85	0,17	8,94	12,00	6,80	2,04	-	-
7703402	Atum em conserva	23,00	23,00	0,04	0,12	12,40	17,83	0,11	2,20	5,00	5,90	0,87	-	-
7703701	Pepino em conserva	-	9,17	0,03	0,03	0,10	0,18	0,02	-	1,00	-	0,09	0,80	-
7703902	Pasta de peixe em conserva	23,00	23,00	0,04	0,12	12,40	17,83	0,11	2,20	5,00	5,90	0,87	-	-
7704001	Picles	-	9,17	0,03	0,03	0,10	0,18	0,02	-	1,00	-	0,09	0,80	-
7705201	Nabo em conserva	-	9,89	0,04	0,03	0,36	0,53	0,10	-	15,55	-	0,13	22,98	-
7705401	Stroganoff	31,98	33,64	0,06	0,14	2,93	4,46	0,19	0,70	11,92	0,41	0,47	1,44	-
7706001	Salmão em conserva	23,00	23,00	0,03	0,20	7,41	11,53	0,11	4,95	4,00	11,65	1,28	-	-
7706104	Creme de cebola (sopa desidratada) /light	14,68	15,17	0,04	0,07	0,15	0,36	0,04	0,08	7,51	0,02	0,25	1,26	-
7706105	Creme de legumes (sopa desidratada) /light	-	14,02	0,01	0,01	0,08	0,17	0,02	-	2,38	-	0,03	1,59	-
7706106	Yakissoba (sopa de legumes desidratada) /light	-	5,07	0,14	0,07	0,86	1,57	0,03	-	62,66	-	0,04	0,23	-
7706302	Atum em conserva /light	17,00	17,00	0,03	0,07	13,28	18,05	0,35	2,99	4,00	4,00	0,33	-	-
Aves e ovos														
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-	-
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-	-
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-	-
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-	-
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,10	0,19	8,75	13,93	0,40	0,30	14,07	0,30	0,48	-
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800103	Frango inteiro	38,40	41,88	0,06	0,15	6,99	11,09	0,34	0,24	6,20	0,24	0,50	1,40
7800103	Frango inteiro	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,10	0,19	8,75	13,93	0,40	0,30	14,07	0,30	0,48	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	38,40	41,88	0,06	0,15	6,99	11,09	0,34	0,24	6,20	0,24	0,50	1,40
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,10	0,19	8,75	13,93	0,40	0,30	14,07	0,30	0,48	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800302	Frango em pedaços	38,40	41,88	0,06	0,15	6,99	11,09	0,34	0,24	6,20	0,24	0,50	1,40
7800302	Frango em pedaços	43,87	43,95	0,07	0,18	6,89	11,22	0,33	0,33	7,53	0,44	0,41	0,00
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800302	Frango em pedaços	26,91	27,26	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,35	4,08	0,24	0,33	-
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800302	Frango em pedaços	0,47	25,42	0,02	0,01	0,75	1,02	0,03	0,03	6,05	0,01	0,07	0,11
7800302	Frango em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-
7800303	Galinha em pedaços	48,00	48,00	0,10	0,19	8,75	13,93	0,40	0,30	14,07	0,30	0,48	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7800402	Filé de frango	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-
7800402	Filé de frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800402	Filé de frango	7,20	10,68	0,06	0,11	10,13	14,98	0,50	0,27	5,40	0,16	0,50	1,40
7800402	Filé de frango	27,90	28,28	0,07	0,14	10,03	15,12	0,49	0,36	6,80	0,39	0,28	0,00
7800402	Filé de frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800402	Filé de frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800402	Filé de frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800602	Carcaça de galinha ou frango	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,08	0,15	6,91	11,79	0,42	0,29	12,07	0,40	0,48	-
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,48	-
7800701	Asa de galinha ou frango	37,60	41,08	0,04	0,12	5,51	9,37	0,36	0,23	4,60	0,32	0,50	1,40
7800701	Asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,48	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	20,00	20,00	0,06	0,23	3,69	8,86	0,32	0,35	9,00	0,10	0,27	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	20,00	20,00	0,06	0,23	3,69	8,86	0,32	0,35	9,00	0,10	0,27	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	20,00	20,00	0,06	0,23	3,69	8,86	0,32	0,35	9,00	0,10	0,27	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	20,00	20,00	0,06	0,23	3,69	8,86	0,32	0,35	9,00	0,10	0,27	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	20,00	20,00	0,06	0,23	3,69	8,86	0,32	0,35	9,00	0,10	0,48	-
7800702	Drumete de galinha ou frango	16,00	19,48	0,05	0,20	3,15	7,31	0,28	0,28	9,40	0,08	0,50	1,40
7800801	Pescoço de galinha ou frango	105,00	105,00	0,06	0,20	6,72	11,42	0,27	0,27	6,00	0,20	0,27	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	105,00	105,00	0,06	0,20	6,72	11,42	0,27	0,27	6,00	0,20	0,27	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	105,00	105,00	0,06	0,20	6,72	11,42	0,27	0,27	6,00	0,20	0,48	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	105,00	105,00	0,06	0,20	6,72	11,42	0,27	0,27	6,00	0,20	0,48	-
7800801	Pescoço de galinha ou frango	104,70	105,08	0,07	0,20	5,47	9,51	0,22	0,31	8,40	0,39	0,28	0,00
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,27	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,27	-
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,27	-
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,48	-
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,48	-
7800901	Pé de galinha ou frango	24,00	27,48	0,05	0,17	0,52	3,43	0,03	0,38	71,00	0,12	0,50	1,40
7800901	Pé de galinha ou frango	30,00	30,00	0,06	0,20	0,40	4,00	0,01	0,47	86,00	0,15	0,48	-
7801001	Miúdo de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	0,82	27,90
7801001	Miúdo de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	0,82	27,90
7801001	Miúdo de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	1,03	27,90
7801001	Miúdo de galinha ou frango	3182,40	3188,82	0,24	1,61	9,03	12,37	0,62	13,48	464,60	0,16	0,94	23,72
7801001	Miúdo de galinha ou frango	0,47	25,42	0,02	0,01	0,75	1,02	0,03	0,03	6,05	0,01	0,07	0,11
7801101	Moela de galinha ou frango	-	-	0,03	0,21	3,12	8,87	0,07	1,04	5,00	0,20	0,20	-
7801101	Moela de galinha ou frango	-	-	0,03	0,21	3,12	8,87	0,07	1,04	5,00	0,20	0,20	-
7801101	Moela de galinha ou frango	-	-	0,03	0,21	3,12	8,87	0,07	1,04	5,00	0,20	0,41	-
7801101	Moela de galinha ou frango	-	-	0,03	0,21	3,12	8,87	0,07	1,04	5,00	0,20	0,41	-
7801101	Moela de galinha ou frango	-	3,48	0,03	0,18	2,69	7,32	0,08	0,83	6,20	0,16	0,44	1,40
7801101	Moela de galinha ou frango	20,70	21,08	0,04	0,21	2,59	7,47	0,07	0,92	7,60	0,39	0,23	0,00
7801101	Moela de galinha ou frango	-	-	0,03	0,21	3,12	8,87	0,07	1,04	5,00	0,20	0,41	-
7801101	Moela de galinha ou frango	0,47	25,42	0,02	0,01	0,75	1,02	0,03	0,03	6,05	0,01	0,07	0,11
7801202	Coração de frango	8,00	8,00	0,07	0,74	2,80	8,44	0,32	7,29	80,00	0,20	1,19	1,80
7801202	Coração de frango	8,00	8,00	0,07	0,74	2,80	8,44	0,32	7,29	80,00	0,20	1,19	1,80
7801202	Coração de frango	8,00	8,00	0,07	0,74	2,80	8,44	0,32	7,29	80,00	0,20	1,19	1,80
7801202	Coração de frango	8,00	8,00	0,07	0,74	2,80	8,44	0,32	7,29	80,00	0,20	1,40	1,80
7801202	Coração de frango	8,00	8,00	0,07	0,74	2,80	8,44	0,32	7,29	80,00	0,20	1,19	1,80
7801301	Fígado de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	0,82	27,90
7801301	Fígado de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	0,82	27,90
7801301	Fígado de galinha ou frango	3978,00	3981,42	0,29	1,99	11,05	15,18	0,76	16,85	578,00	0,20	1,03	27,90
7801407	Canja	0,47	25,42	0,02	0,01	0,75	1,02	0,03	0,03	6,05	0,01	0,07	0,11
7801702	Peru em pedaço não especificado	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,24	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,24	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,45	-
7801702	Peru em pedaço não especificado	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,45	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,42	-	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,42	-	-
7801801	Peito de peru	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-	-
7802101	Asa de peru	34,00	34,00	0,05	0,13	5,73	10,65	0,42	0,34	6,00	0,40	0,17	-	-
7802101	Asa de peru	34,00	34,00	0,05	0,13	5,73	10,65	0,42	0,34	6,00	0,40	0,17	-	-
7802701	<i>Chester</i>	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,24	-	-
7802701	<i>Chester</i>	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,24	-	-
7802701	<i>Chester</i>	24,50	24,50	0,05	0,17	5,31	10,35	0,30	0,28	6,00	0,15	0,24	-	-
7802702	<i>Tender</i>	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
7802801	Nambu	28,00	28,00	0,28	0,35	7,60	13,38	0,57	0,41	6,00	-	0,06	2,90	-
7802901	<i>Nuggets de frango</i>	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
7802901	<i>Nuggets de frango</i>	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
7802901	<i>Nuggets de frango</i>	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
7802901	<i>Nuggets de frango</i>	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
7802901	<i>Nuggets de frango</i>	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
7802902	<i>Steak de frango</i>	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-	-
7802902	<i>Steak de frango</i>	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-	-
7802902	<i>Steak de frango</i>	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-	-
7802902	<i>Steak de frango</i>	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-	-
7802902	<i>Steak de frango</i>	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-	-
7803001	Codorna	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,48	2,30	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,27	-	-
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	47,00	47,00	0,04	0,13	6,65	11,43	0,42	0,29	3,00	0,40	0,48	-	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-	-
7803301	Ovo de galinha	182,61	184,06	0,07	0,56	0,07	2,84	0,13	1,21	47,83	1,39	1,62	-	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803301	Ovo de galinha	182,61	184,06	0,07	0,56	0,07	2,84	0,13	1,21	47,83	1,39	1,62	-
7803301	Ovo de galinha	225,38	227,67	0,07	0,56	0,07	2,86	0,13	1,22	48,02	1,48	1,27	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803301	Ovo de galinha	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803501	Ovo de codorna	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803501	Ovo de codorna	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803501	Ovo de codorna	182,61	184,06	0,07	0,56	0,07	2,84	0,13	1,21	47,83	1,39	1,62	-
7803501	Ovo de codorna	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803501	Ovo de codorna	168,00	169,33	0,07	0,51	0,06	2,61	0,12	1,11	44,00	1,28	1,03	-
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,27	2,30
7803702	Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,27	2,30
7803703	Capote	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,27	2,30
7803703	Capote	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,27	2,30
7803703	Capote	57,00	57,00	0,07	0,18	7,53	15,05	0,75	0,72	5,00	0,24	0,27	2,30
7803707	Mutum	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7803907	Pato em pedaços	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7803907	Pato em pedaços	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7803908	Peito de pato	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7803913	Carne de pato	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7803913	Carne de pato	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7803913	Carne de pato	29,00	29,00	0,04	0,11	6,94	11,84	0,27	0,20	3,00	0,20	0,21	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-
7805401	Peito de peru <i>light</i>	-	-	0,04	0,14	6,94	12,65	0,57	0,39	6,00	0,40	0,21	-
7805501	Frango inteiro orgânico	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7805501	Frango inteiro orgânico	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,27	-
7805702	Filé de frango orgânico	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7805702	Filé de frango orgânico	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7805702	Filé de frango orgânico	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7805702	Filé de frango orgânico	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,27	-
7805702	Filé de frango orgânico	9,00	9,00	0,10	0,14	12,68	18,79	0,60	0,34	13,07	0,20	0,48	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
Laticínios													
7900101	Leite de vaca integral	28,01	28,43	0,04	0,18	0,11	1,36	0,04	0,44	5,00	1,00	0,06	-
7900201	Leite de vaca fresco	28,01	28,43	0,04	0,18	0,11	1,36	0,04	0,44	5,00	-	0,06	-
7900301	Leite de cabra	56,02	56,61	0,05	0,14	0,28	1,01	0,05	0,07	1,00	0,30	0,07	1,30
7900601	Leite em pó integral	224,00	227,33	0,35	1,46	0,86	10,86	0,29	3,52	40,00	8,00	0,48	-
7900710	Leite em pó desnatado	709,00	709,08	0,41	1,74	0,89	9,14	0,35	3,99	50,00	11,00	0,01	5,60
7900801	Leite em pó	224,00	227,33	0,35	1,46	0,86	10,86	0,29	3,52	40,00	8,00	0,48	-
7900901	Leite condensado	72,70	73,87	0,09	0,41	0,21	2,07	0,05	0,44	10,96	0,13	0,16	2,59
7900903	Leite beijinho	72,70	73,87	0,09	0,41	0,21	2,07	0,05	0,44	10,96	0,13	0,16	2,59
7901001	Crema de leite	274,00	279,00	0,02	0,13	0,04	0,56	0,03	0,20	4,00	1,10	0,88	0,60
7901101	Chantilly	217,56	221,53	0,02	0,15	0,05	0,69	0,02	0,17	3,62	0,87	0,70	0,48
7901201	logurte de qualquer sabor	29,65	30,13	0,05	0,20	0,14	1,47	0,04	0,47	7,00	0,06	0,08	4,15
7901203	logurte desnatado	2,00	2,00	0,05	0,23	0,12	0,66	0,05	0,61	12,00	-	-	0,90
7901204	logurte natural	27,00	27,42	0,03	0,14	0,08	0,41	0,03	0,37	7,00	0,04	0,09	0,50
7901301	Yakult de qualquer sabor	54,90	54,90	0,04	0,17	0,09	0,69	0,03	0,48	4,50	0,92	0,01	-
7901303	Bebida láctea	10,10	10,31	0,03	0,12	0,08	0,48	0,03	0,31	5,90	0,01	0,04	0,89
7901304	Leite fermentado	55,25	55,50	0,04	0,19	0,09	0,76	0,04	0,46	5,02	1,08	0,03	0,20
7901401	Coalhada	27,00	27,42	0,03	0,14	0,08	0,41	0,03	0,37	7,00	0,04	0,09	0,50
7901501	Manteiga com ou sem sal	671,00	684,17	0,01	0,03	0,04	0,24	-	0,17	3,00	1,40	2,32	-
7901505	Manteiga de garrafa	671,00	684,17	0,01	0,03	0,04	0,24	-	0,17	3,00	1,40	2,32	-
7901602	Margarina com ou sem sal	820,00	860,42	0,01	0,04	0,02	0,22	0,01	0,10	1,00	-	3,10	0,20
7901701	Queijo prato	133,00	136,67	0,10	0,33	0,12	10,17	0,08	2,31	10,00	0,16	0,37	-
7901703	Queijo colonial	133,00	136,67	0,10	0,33	0,12	10,17	0,08	2,31	10,00	0,16	0,37	-
7901705	Queijo de colônia	133,00	136,67	0,10	0,33	0,12	10,17	0,08	2,31	10,00	0,16	0,37	-
7901801	Queijo muçarela	192,00	197,25	0,02	0,27	0,09	5,13	0,06	0,73	8,00	0,16	0,21	-
7901803	Muçarela	192,00	197,25	0,02	0,27	0,09	5,13	0,06	0,73	8,00	0,16	0,21	-
7901807	Muçarela de búfala	192,00	197,25	0,02	0,27	0,09	5,13	0,06	0,73	8,00	0,16	0,21	-
7901809	Queijo de búfala	192,00	197,25	0,02	0,27	0,09	5,13	0,06	0,73	8,00	0,16	0,21	-
7901901	Queijo de reino	164,00	164,83	0,03	0,33	0,06	5,93	0,08	1,54	21,00	0,24	0,24	-
7902001	Queijo de minas	247,00	253,83	0,07	0,48	0,18	4,43	0,08	1,11	18,00	0,11	0,27	-
7902003	Queijo de manteiga	192,00	197,25	0,02	0,27	0,09	5,13	0,06	0,73	8,00	0,16	0,21	-
7902004	Quechima	247,00	253,83	0,07	0,48	0,18	4,43	0,08	1,11	18,00	0,11	0,27	-
7902005	Queijo de coalho	192,00	198,50	0,02	0,39	0,09	5,34	0,08	0,83	18,00	0,24	0,26	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7902008	Queijo canastra	247,00	253,83	0,07	0,48	0,18	4,43	0,08	1,11	18,00	0,11	0,27	-
7902201	Queijo ricota	117,00	119,75	0,01	0,20	0,10	2,19	0,04	0,34	12,00	0,11	0,11	-
7902301	Leite de soja com sabor	-	0,08	0,03	0,09	0,90	1,77	0,09	-	11,13	-	0,06	0,31
7902303	Ades original	-	0,17	0,06	0,07	0,51	1,15	0,08	-	18,00	-	0,11	-
7902403	Queijo ralado	117,00	119,58	0,03	0,49	0,11	8,75	0,05	2,26	10,00	0,81	0,26	-
7902501	Queijo provolone	230,00	235,67	0,02	0,32	0,16	5,91	0,07	1,46	10,00	0,90	0,23	-
7902801	Queijo polenguinho	359,00	366,42	0,02	0,20	0,10	1,22	0,05	0,42	13,00	0,27	0,30	-
7902901	Requeijão	352,00	355,75	0,02	0,28	0,14	3,51	0,07	0,60	18,00	0,58	0,15	-
7902902	Queijo cremoso	352,00	355,75	0,02	0,28	0,14	3,51	0,07	0,60	18,00	0,58	0,15	-
7903001	Queijo não especificado	247,00	253,83	0,03	0,35	0,07	5,45	0,07	0,70	8,00	0,21	0,27	-
7903101	Leite com sabor	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90
7903102	Leite achocolatado	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90
7903109	Leite aFomãtizado	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90
7903110	Bebida achocolatada	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90
7903201	Nata	178,00	181,08	0,03	0,15	0,06	0,69	0,03	0,22	2,00	0,68	0,55	0,80
7903301	Queijo gorgonzola	192,00	198,17	0,03	0,38	1,02	6,22	0,17	1,22	36,00	0,23	0,25	-
7903402	Tofu	-	0,33	0,05	0,04	0,54	2,24	0,05	-	44,00	-	0,01	0,20
7903501	Leite de soja em pó	-	0,61	0,25	0,53	2,92	10,62	0,51	-	96,38	-	0,52	2,64
7903601	Leite de vaca desnatado	61,28	61,28	0,05	0,18	0,09	0,76	0,04	0,53	5,02	1,03	0,01	-
7903702	Leite de vaca semidesnatado	58,00	58,17	0,02	0,19	0,09	0,76	0,04	0,44	5,00	1,30	0,01	-
7903801	Leite não especificado pasteurizado	28,01	28,43	0,04	0,18	0,11	1,36	0,04	0,44	5,00	1,00	0,06	-
7903901	logurte de qualquer sabor <i>light</i>	10,00	10,17	0,04	0,18	0,10	0,51	0,04	0,47	9,00	0,01	0,02	0,70
7904001	logurte de qualquer sabor <i>diet</i>	50,44	50,88	0,03	0,11	0,07	0,61	0,03	0,27	4,01	0,54	0,09	2,14
7904201	Margarina <i>light</i>	804,00	848,67	-	-	-	0,02	-	0,03	0,36	-	1,64	0,04
7904301	Leite de vaca integral orgânico	28,01	28,43	0,04	0,18	0,11	1,36	0,04	0,44	5,00	1,00	0,06	-
7904401	Leite de vaca fresco orgânico	28,01	28,43	0,04	0,18	0,11	1,36	0,04	0,44	5,00	1,00	0,06	-
7904601	Leite semidesnatado de vaca orgânico	58,00	58,17	0,02	0,19	0,09	0,76	0,04	0,44	5,00	1,30	0,01	-
7904701	Creme de leite orgânico	274,00	279,00	0,02	0,13	0,04	0,56	0,03	0,20	4,00	1,10	0,88	0,60
7904801	logurte de qualquer sabor orgânico	29,65	30,13	0,05	0,20	0,14	1,47	0,04	0,47	7,00	0,06	0,08	4,15
7904803	logurte de qualquer sabor desnatado orgânico	2,00	2,33	0,04	0,18	0,10	0,57	0,04	0,47	9,00	-	0,06	0,70
7904804	logurte natural de qualquer sabor orgânico	27,00	27,42	0,03	0,14	0,08	0,41	0,03	0,37	7,00	0,04	0,09	0,50
7905103	Muçarela <i>light</i>	133,00	136,67	0,10	0,33	0,12	10,17	0,08	2,31	10,00	0,16	0,37	-
7905104	Queijo muçarela <i>light</i>	133,00	136,67	0,10	0,33	0,12	10,17	0,08	2,31	10,00	0,16	0,37	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
7905201	Leite de soja com sabor <i>light</i>	-	0,05	0,02	0,07	0,90	1,49	0,08	-	7,45	-	0,04	0,20
7905203	Ades <i>light</i>	-	0,04	0,02	0,06	0,64	1,10	0,06	-	5,84	-	0,03	0,16
7905601	Creme de leite <i>light</i>	12,00	12,25	0,06	0,24	0,12	0,64	0,06	0,52	4,00	0,05	0,04	0,70
7905901	Queijo prato <i>light</i>	279,12	283,65	0,02	0,24	0,05	5,20	0,05	0,53	11,52	0,11	0,19	-
7906001	Queijo de minas <i>light</i>	21,00	21,42	0,02	0,19	0,14	2,69	0,08	0,71	13,00	0,01	0,02	-
7906005	Queijo de coalho <i>light</i>	279,12	283,65	0,02	0,24	0,05	5,20	0,05	0,53	11,52	0,11	0,19	-
7906201	Queijo ricota <i>light</i>	1,48	1,49	0,06	0,18	0,10	3,19	0,05	0,25	3,10	-	0,00	0,08
7906303	Queijo ralado <i>light</i>	156,00	160,25	0,03	0,49	0,11	4,23	0,05	2,26	10,00	0,49	0,17	-
7906401	Queijo polenguinho <i>light</i>	352,00	355,75	0,02	0,28	0,14	3,51	0,07	0,60	18,00	0,58	0,15	-
7906501	Requeijão <i>light</i>	352,00	355,75	0,02	0,28	0,14	3,51	0,07	0,60	18,00	0,58	0,15	-
7906601	Queijo não especificado <i>light</i>	21,00	21,42	0,02	0,19	0,14	2,69	0,08	0,71	13,00	0,01	0,02	-
7906702	Leite achocolatado <i>light</i>	58,00	58,17	0,04	0,17	0,13	0,89	0,04	0,34	5,00	1,00	0,02	0,90
7906710	Bebida achocolatada <i>light</i>	58,00	58,17	0,04	0,17	0,13	0,89	0,04	0,34	5,00	1,00	0,02	0,90
7906801	Leite com sabor <i>diet</i>	26,86	27,26	0,05	0,21	0,14	1,45	0,11	0,46	5,66	0,96	0,07	2,36
7906802	Leite achocolatado <i>diet</i>	26,86	27,26	0,05	0,21	0,14	1,45	0,11	0,46	5,66	0,96	0,07	2,36
7906810	Bebida achocolatada <i>diet</i>	26,86	27,26	0,05	0,21	0,14	1,45	0,11	0,46	5,66	0,96	0,07	2,36
7906901	Leite de soja em pó <i>light</i>	789,47	789,60	0,10	0,12	0,57	7,67	0,10	3,16	71,75	13,16	10,58	32,08
7907001	Leite em pó com sabor	-	-	0,03	0,15	0,51	1,26	0,01	-	5,00	-	0,37	0,70
7907101	Manteiga com ou sem sal <i>light</i>	325,03	449,41	0,00	0,02	0,02	0,12	0,00	0,08	1,45	0,68	1,12	-
7907301	Queijo de minas frescal orgânico	247,00	253,83	0,07	0,48	0,18	4,43	0,08	1,11	18,00	0,11	0,27	-
7907305	Queijo de coalho frescal orgânico	192,00	198,50	0,02	0,39	0,09	5,34	0,08	0,83	18,00	0,24	0,26	-
Panificados													
8000103	Pão de hambúrguer	-	-	0,40	0,32	4,15	5,87	0,07	0,20	170,00	-	0,07	-
8000105	Pão de sal	3,00	-	0,39	0,67	2,34	-	0,60	-	-	-	-	-
8000201	Pão doce	95,85	97,70	0,31	0,26	2,40	3,47	0,04	0,11	89,84	0,38	0,39	0,05
8000203	Chineque	95,85	97,70	0,31	0,26	2,40	3,47	0,04	0,11	89,84	0,38	0,39	0,05
8000218	Chineque com farofa	95,85	97,70	0,31	0,26	2,40	3,47	0,04	0,11	89,84	0,38	0,39	0,05
8000229	Pão de mel	120,01	122,32	0,26	0,20	2,17	3,10	0,26	0,09	65,50	0,41	0,53	0,02
8000234	Panetone	19,86	20,09	0,45	0,39	3,55	5,08	0,06	0,13	136,82	0,15	0,87	0,34
8000237	Bisnaguinha	1,00	1,00	0,53	0,37	5,37	6,72	0,10	0,13	150,00	-	0,28	0,20
8000240	<i>Croissant</i>	230,61	234,72	0,45	0,41	3,44	5,10	0,06	0,28	129,58	0,83	0,82	0,06
8000501	Pão de forma industrializado de qualquer marca	-	-	0,46	0,33	4,39	5,87	0,08	-	171,00	-	0,22	-
8000801	Pão de queijo	61,00	-	0,04	0,10	-	-	0,04	-	-	-	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8002704	Bolo de goma	-	-	0,13	0,07	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8002801	Bolo de batata-doce	-	-	0,13	0,07	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8002901	Bolo de arroz	-	-	0,13	0,07	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8003101	Bolo de cará	-	-	0,13	0,07	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8003501	Tortas doces de qualquer sabor	10,54	10,69	0,07	0,10	0,41	1,09	0,02	0,17	23,05	0,38	0,06	-	-
8003601	Tortas salgadas de qualquer sabor	45,79	47,87	0,11	0,10	1,18	1,93	0,09	0,21	22,90	0,14	0,27	3,52	-
8003701	Sonho	34,34	34,79	0,32	0,33	2,55	3,78	0,06	0,22	104,50	0,39	1,00	0,05	-
8003702	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos)	66,35	68,64	0,31	0,27	2,23	3,36	0,03	0,18	80,92	0,28	1,28	0,05	-
8003801	Bolo de chocolate	82,84	83,52	0,22	0,36	1,51	3,37	0,07	0,55	63,48	0,63	0,52	0,75	-
8003902	Brioche	43,63	43,95	0,46	0,45	3,52	5,37	0,07	0,30	138,30	0,42	0,37	0,03	-
8004001	Bolo de laranja	77,62	80,80	0,24	0,19	1,54	2,50	0,10	0,14	54,30	0,27	0,48	5,31	-
8004101	Bolo de coco	54,56	56,31	0,17	0,26	1,14	2,41	0,10	0,36	52,64	0,42	0,43	5,26	-
8004201	Bolo de cenoura	150,68	373,35	0,19	0,19	1,44	2,30	0,07	0,17	53,14	0,43	0,87	0,94	-
8004601	Bolo de trigo	63,65	65,70	0,19	0,30	1,25	2,64	0,07	0,42	60,08	0,48	0,44	6,02	-
8004701	Bra	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8004801	Biscoito recheado	-	-	0,32	0,39	2,52	-	0,46	-	-	-	-	-	-
8004807	Waffer (biscoito)	2,64	2,68	0,41	0,30	3,07	4,37	0,04	0,06	107,14	0,04	0,91	0,03	-
8004809	Alfajores (biscoito)	0,12	0,12	0,46	0,31	3,48	4,84	0,04	0,02	119,19	-	2,15	0,01	-
8004810	Bolacha recheada	-	-	0,32	0,39	2,52	-	0,46	-	-	-	-	-	-
8004813	Rosca recheada	137,60	140,12	0,21	0,21	1,57	2,72	0,03	0,13	56,48	0,55	0,62	-	-
8004814	Rosquinha recheada de qualquer sabor	-	-	0,32	0,39	2,52	-	0,46	-	-	-	-	-	-
8005201	Biscoito não especificado	-	-	0,71	0,13	7,14	-	0,17	-	-	-	-	-	-
8006101	Crepe	60,54	67,25	0,09	0,24	2,43	4,25	0,15	1,09	24,13	0,57	1,02	0,78	-
8006501	Pão diet (de forma industrializado)	-	-	0,42	0,30	3,89	5,69	0,13	-	135,00	-	0,24	0,10	-
8006601	Pão light (de forma industrializado)	-	-	0,42	0,30	3,89	5,69	0,13	-	135,00	-	0,24	0,10	-
8006701	Pão de queijo light	61,00	-	0,04	0,10	-	-	0,04	-	-	-	-	-	-
8006801	Pão integral light	-	-	0,42	0,30	3,89	5,69	0,13	-	135,00	-	0,24	0,10	-
8007001	Tortas doces de qualquer sabor light	10,54	10,69	0,07	0,10	0,41	1,10	0,02	0,17	23,07	0,38	0,06	-	-
8007101	Tortas doces de qualquer sabor diet	10,54	10,69	0,07	0,10	0,40	1,08	0,02	0,17	22,98	0,38	0,06	-	-
8007302	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) light	76,94	79,59	0,35	0,31	2,58	3,90	0,04	0,20	93,83	0,32	1,48	0,05	-
8007402	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) diet	76,94	79,59	0,35	0,31	2,58	3,90	0,04	0,20	93,83	0,32	1,48	0,05	-
8007501	Bolo de chocolate light	49,04	62,00	0,20	0,18	1,48	2,38	0,02	0,11	53,41	0,19	0,26	-	-
8007601	Bolo de chocolate diet	49,04	62,00	0,20	0,18	1,48	2,38	0,02	0,11	53,41	0,19	0,26	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	31,09	31,47	0,09	0,12	1,80	3,45	0,12	0,57	4,89	0,48	0,18	0,00
8102101	Salsicha no varejo	-	3,48	0,29	0,13	2,89	4,68	0,06	0,34	3,80	0,56	0,46	1,40
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102101	Salsicha no varejo	12,99	12,99	0,08	0,09	2,13	3,85	0,14	0,60	1,62	0,32	0,14	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102204	Linguiça (suína, bovina, mista, etc.)	-	-	0,36	0,15	3,37	5,57	0,05	0,43	2,00	0,70	0,22	-
8102207	Linguiça de frango	-	-	0,12	0,04	5,97	-	-	-	-	-	-	-
8102207	Linguiça de frango	-	-	0,12	0,04	5,97	-	-	-	-	-	-	-
8102207	Linguiça de frango	-	-	0,12	0,04	5,97	-	-	-	-	-	-	-
8102207	Linguiça de frango	-	-	0,12	0,04	5,97	-	-	-	-	-	-	-
8102207	Linguiça de frango	-	-	0,11	0,05	5,67	-	-	-	-	-	-	-
8102401	Chouriço	-	-	0,07	0,13	1,20	4,20	0,04	1,00	5,00	0,25	0,13	-
8102402	Morcela	-	-	0,07	0,13	1,20	4,20	0,04	1,00	5,00	0,25	0,13	-
8102403	Morcilha	-	-	0,07	0,13	1,20	4,20	0,04	1,00	5,00	0,25	0,13	-
8102403	Morcilha	-	-	0,07	0,13	1,20	4,20	0,04	1,00	5,00	0,25	0,13	-
8102501	Paio	12,00	12,00	0,29	0,20	6,26	8,84	0,33	1,18	3,00	-	0,55	0,70

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8102601	Mortadela	-	-	0,34	0,14	2,73	5,03	0,17	1,18	2,00	1,10	0,57	-	-
8102701	Salame	-	-	0,37	0,36	6,05	7,95	0,46	1,52	3,00	0,72	0,22	-	-
8102702	Salaminho	-	-	0,37	0,36	6,05	7,95	0,46	1,52	3,00	0,72	0,22	-	-
8102801	Blanquet de peru	7,00	7,00	0,03	0,15	2,12	5,32	0,21	0,23	7,00	0,19	0,64	8,90	-
8102901	Presunto	-	-	0,82	0,26	5,30	9,18	0,30	1,06	5,00	0,80	0,28	-	-
8103001	Hambúrguer de peru	15,63	16,69	0,17	0,22	4,56	8,03	0,25	0,38	31,46	0,50	0,23	0,60	-
8103001	Hambúrguer de peru	15,63	16,69	0,17	0,22	4,56	8,03	0,25	0,38	31,46	0,50	0,23	0,60	-
8103001	Hambúrguer de peru	15,63	16,69	0,17	0,22	4,56	8,03	0,25	0,38	31,46	0,50	0,23	0,60	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103101	Hambúrguer não especificado	-	-	0,04	0,17	5,23	7,70	0,35	2,50	6,00	0,45	0,41	-	-
8103601	Apresentado	-	-	0,73	0,33	6,15	10,12	0,31	0,70	3,00	0,80	0,31	-	-
8103901	Pururuca de porco	12,00	12,00	0,10	0,28	1,55	3,52	0,02	0,64	-	-	0,53	0,50	-
8103902	Pele de porco preparada (pururuca)	12,00	12,00	0,10	0,28	1,55	3,52	0,02	0,64	-	-	0,53	0,50	-
8104001	Patê (fígado, calabresa, frango, presunto, etc.)	8300,00	8300,00	0,27	1,03	4,30	6,82	0,19	13,46	30,00	0,60	0,41	-	-
8104101	Carne de aves defumada	9,00	9,00	0,07	0,12	12,42	18,44	0,60	0,34	4,00	0,20	0,48	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	0,49	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	0,49	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	0,49	-	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	3,48	0,00	0,20	0,23	0,02	-	2,20	-	0,28	1,40	-
8104601	Carne salgada não especificada	-	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8104904	Mini chicken empanado	4,22	4,89	0,17	0,14	6,89	10,02	0,30	0,16	35,00	0,09	1,09	-	-
8105001	Mortadela light	1,00	1,00	0,16	0,10	3,07	4,76	0,16	0,29	18,00	0,42	0,23	-	-
8105201	Salsicha no varejo light	-	-	0,18	0,11	2,40	4,12	0,10	1,30	4,00	0,33	0,08	-	-
8105401	Salame light	33,97	33,97	0,04	0,12	3,60	6,33	0,18	0,16	3,96	0,11	0,24	-	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8203603 Cevada em pó	-	1,08	0,19	0,11	4,60	7,35	0,26	-	23,00	-	0,02	-	-
8204503 Chocomilk	26,10	26,52	0,04	0,16	0,13	0,88	0,04	0,33	5,02	1,00	0,06	0,90	-
8204902 Água tônica tradicional	-	-	-	-	0,02	0,02	-	-	-	-	-	-	-
8205201 Chá diet (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	-	-	0,01	-	-	-	-	4,97	-	-	-	-
8205402 Paraguai refrigerante tradicional	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8205803 Gatorade	-	-	0,01	0,00	0,62	0,62	0,06	0,45	-	-	-	0,40	-
8205901 Bebida energética	-	-	0,03	0,58	8,57	8,57	1,98	1,76	-	-	-	-	-
8206301 Chá (preto, camomila, erva-cidreira, capim-limão, etc.)	-	-	-	0,01	-	-	-	-	5,01	-	-	-	-
8206402 Café solúvel <i>capuccino</i>	-	-	0,00	0,00	0,18	0,22	-	-	-	-	0,02	-	-
8207401 Refrigerante de guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207402 Guaraná <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207601 Refrigerante de limão <i>diet</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8207705 Fanta uva <i>light</i>	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8208104 Mate <i>light</i>	-	-	0,03	0,01	0,02	0,07	0,02	-	1,00	-	-	0,16	-
8209002 Água tônica <i>light</i>	-	-	-	-	0,02	0,02	-	-	-	-	-	-	-
8209102 Paraguai refrigerante <i>light</i>	-	-	0,01	0,02	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8211002 Q-suco <i>light</i>	-	-	-	0,00	0,00	0,00	-	-	-	-	-	1,41	-
8211003 Q-refresko <i>light</i>	-	-	-	0,00	0,00	0,00	-	-	-	-	-	1,41	-
8211102 Q-suco <i>diet</i>	-	-	-	0,00	0,00	0,00	-	-	-	-	-	1,41	-
8212401 Café <i>capuccino</i> solúvel <i>light</i>	-	-	-	-	0,07	0,09	-	-	-	-	0,01	-	-
8212501 Café <i>capuccino</i> solúvel <i>diet</i>	-	-	-	-	0,07	0,09	-	-	-	-	0,01	-	-
8212902 Água tônica <i>diet</i>	-	-	-	-	0,02	0,02	-	-	-	-	-	-	-
8212906 Refrigerante de quinino dietético	-	-	-	-	0,02	0,02	-	-	-	-	-	-	-
8213003 Chá mate orgânico	-	-	0,03	0,01	0,02	0,07	0,02	-	1,00	-	-	0,16	-
8213004 Chamarão orgânico	-	-	0,03	0,01	0,02	0,07	0,02	-	1,00	-	-	0,16	-
8213601 Suco de clorofila	-	42,68	0,01	0,02	0,04	0,09	0,02	-	11,89	-	0,17	0,80	-
8273902 Café com farinha	-	-	0,08	0,04	0,10	0,10	0,00	-	1,00	-	0,01	-	-
Bebidas alcoólicas													
8300101 Cerveja (com ou sem álcool)	-	-	0,01	0,03	0,52	0,52	0,05	0,02	6,03	-	-	-	-
8300201 Chopp	-	-	0,01	0,03	0,52	0,52	0,05	0,02	6,03	-	-	-	-
8300301 Aguardente	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300302 Cachaça	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8300501 Batida de qualquer sabor	-	0,11	0,03	0,01	0,19	0,26	0,05	-	10,39	-	0,03	4,73	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Pridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8300701	Rum	-	-	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-
8300801	Vodka	-	-	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-
8301001	Uisque	-	-	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-
8301002	Whisky	-	-	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-
8301201	Champagne	-	-	0,01	0,02	0,11	0,11	0,05	-	1,00	-	-	-	-
8301202	Sidra champagne	-	-	0,01	0,02	0,11	0,11	0,05	-	1,00	-	-	-	-
8301501	Martini	-	0,02	0,01	0,01	0,06	0,06	0,01	-	0,20	-	-	-	-
8301601	Conhaque	-	-	0,01	0,00	0,01	0,01	0,00	-	-	-	-	-	-
8301701	Drink dreher	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8301901	Licor de qualquer sabor	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8302409	Cajuína	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8302415	Vinho	-	0,08	0,01	0,03	0,22	0,22	0,06	-	0,99	-	-	-	-
8302416	Catuaba	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8302901	Coquetel de frutas	-	0,11	0,03	0,01	0,19	0,26	0,05	-	10,39	-	0,03	4,73	-
8303101	Caipirinha	-	0,18	0,02	0,01	0,05	0,05	0,01	-	2,60	-	0,04	6,45	-
8303501	Bebida alcoólica	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8303615	Vinho orgânico	-	0,08	0,01	0,03	0,22	0,22	0,06	-	0,99	-	-	-	-
8304301	Cerveja (com ou sem álcool) light	-	-	0,01	0,02	0,39	0,39	0,03	0,02	6,00	-	-	-	-
8304502	Caxiri (aguardente de mandioca)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Óleos e gorduras														
8400101	Azeite de oliva	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14,41	-	-
8400301	Óleo de soja	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8,14	-	-
8401801	Banha suína	-	-	-	-	-	-	0,02	-	-	-	0,60	-	-
8403001	Banha bovina	-	-	0,03	0,05	1,53	2,70	0,14	0,90	-	-	-	-	-
8403201	Óleo não especificado	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8,14	-	-
8403501	Óleo de dendê	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3,79	-	-
Miscelâneas														
8500201	Salgadinho	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-
8500202	Pastel (queijo, carne, palmito, etc.)	19,18	20,35	0,42	0,30	3,33	5,46	0,10	0,28	92,20	0,49	1,21	1,19	-
8500203	Croquete	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-
8500205	Coxinha	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-
8500206	Empada (queijo, carne, camarão, etc.)	1,44	80,47	0,15	0,11	3,62	5,02	0,13	0,10	33,27	0,03	0,22	1,78	-
8500207	Rissole (queijo, carne, camarão, etc.)	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8500209	Acarajé	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8500210	Torresmo	12,00	12,00	0,10	0,28	1,55	3,52	0,02	0,64	-	-	0,53	0,50	-
8500211	Quibe	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-
8500212	Abará (Bahia)	-	-	0,06	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8500213	Paçoca de carne de sol	-	-	0,07	0,03	-	-	-	-	-	-	0,24	-	-
8500215	Angu frito	13,11	13,39	0,11	0,06	0,81	0,98	0,02	0,00	39,50	0,03	0,07	-	-
8500217	Angu de milho	-	0,02	0,11	0,06	0,81	0,98	0,02	-	39,44	-	0,02	-	-
8500218	Polenta	13,11	13,39	0,11	0,06	0,81	0,98	0,02	0,00	39,50	0,03	0,07	-	-
8500222	Esfirra	149,76	153,02	0,38	0,30	2,85	4,99	0,04	0,19	99,73	0,26	0,45	-	-
8500223	Esfirra de carne	127,09	129,58	0,28	0,23	3,65	5,05	0,14	0,91	72,40	0,38	0,60	-	-
8500224	Esfirra de queijo	149,76	153,02	0,38	0,30	2,85	4,99	0,04	0,19	99,73	0,26	0,45	-	-
8500225	Esfirra de ricota	130,90	133,38	0,38	0,28	2,85	4,35	0,03	0,09	100,82	0,23	0,42	-	-
8500226	Esfirra de frango	76,26	77,71	0,17	0,14	3,96	5,78	0,14	0,14	41,69	0,20	0,38	-	-
8500227	Enroladinho	43,72	48,17	0,23	0,27	3,01	4,62	0,19	1,27	50,53	0,64	1,01	1,65	-
8500228	Bolinho de aipim	2,79	17,80	0,09	0,08	1,32	2,16	0,22	0,42	36,21	0,22	1,56	10,86	-
8500232	Bolinho de bacalhau	41,03	47,00	0,06	0,13	2,10	5,30	0,20	0,30	10,48	0,11	1,44	4,36	-
8500302	Cachorro-queite	5,79	9,43	0,23	0,19	2,85	4,38	0,11	0,35	74,20	0,14	0,22	1,20	-
8500303	Hambúrguer (sanduíche)	-	4,09	0,28	0,25	3,73	6,12	0,18	0,97	103,04	0,10	0,29	2,18	-
8500304	Cheeseburger	29,06	33,47	0,25	0,27	3,30	6,04	0,17	0,94	91,86	0,11	0,29	1,92	-
8500305	Eggsburger	56,41	61,56	0,15	0,30	2,66	4,57	0,21	1,03	64,86	0,51	1,19	1,52	-
8500307	Bauru	33,87	41,42	0,39	0,25	3,44	6,03	0,19	0,41	50,85	0,34	0,56	1,62	-
8500308	Americano	62,87	102,67	0,24	0,31	2,05	4,05	0,11	0,43	70,81	0,43	1,07	3,09	-
8500313	Misto-queite ou frio	77,17	79,89	0,46	0,32	4,04	7,25	0,17	0,43	63,49	0,36	0,36	0,01	-
8500315	Sanduíche de queijo prato	131,09	135,72	0,28	0,32	2,67	5,41	0,08	0,25	105,80	0,07	0,40	0,01	-
8500316	Sanduíche de salame	48,83	51,06	0,32	0,27	3,54	5,30	0,10	0,44	100,21	0,16	0,35	0,01	-
8500317	Sanduíche de presunto	7,80	11,46	0,43	0,25	3,80	5,79	0,21	0,28	67,94	0,31	0,74	0,50	-
8500318	Sanduíche de queijo prato com presunto	77,17	79,89	0,46	0,32	4,04	7,25	0,17	0,43	63,49	0,36	0,36	0,01	-
8500319	Sanduíche de mortadela	46,72	49,03	0,33	0,25	3,77	5,40	0,18	0,38	104,44	0,10	0,31	3,77	-
8500320	Sanduíche de queijo minas	131,09	135,72	0,28	0,32	2,67	5,41	0,08	0,25	105,80	0,07	0,40	0,01	-
8500321	Cheese egg	29,06	33,47	0,25	0,27	3,30	6,04	0,17	0,94	91,86	0,11	0,29	1,92	-
8500322	Cheese tudo	29,06	33,47	0,25	0,27	3,30	6,04	0,17	0,94	91,86	0,11	0,29	1,92	-
8500323	Sanduíche natural	11,50	18,90	0,24	0,21	4,42	6,59	0,22	0,12	86,72	0,13	0,74	2,13	-
8500401	Suco	-	8,76	0,06	0,03	0,31	0,35	0,09	-	17,93	-	0,20	34,26	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
8500402	Suco de abacaxi	-	0,25	0,06	0,02	0,20	0,20	0,10	-	18,07	-	0,02	10,04
8500403	Suco de acerola	-	25,48	0,02	0,06	0,40	0,40	0,00	-	14,03	-	0,18	1603,91
8500404	Suco de beterraba	-	602,42	0,06	0,04	0,29	0,43	0,15	-	12,66	-	0,74	5,81
8500405	Suco de cupuaçu	-	-	0,19	0,02	2,17	-	0,04	-	-	-	-	12,25
8500406	Suco de goiaba	-	4,53	0,01	0,01	0,16	0,21	0,02	-	7,13	-	0,11	33,20
8500407	Suco de laranja	-	8,76	0,06	0,03	0,31	0,35	0,09	-	17,93	-	0,20	34,26
8500408	Suco de laranja com banana	-	7,82	0,06	0,04	0,43	0,49	0,17	-	19,55	-	0,19	29,56
8500409	Suco de laranja e beterraba	-	602,42	0,06	0,04	0,29	0,43	0,15	-	12,66	-	0,74	5,81
8500410	Suco de laranja e cenoura	-	602,42	0,06	0,04	0,29	0,43	0,15	-	12,66	-	0,74	5,81
8500411	Suco de laranja cenoura e beterraba	-	602,42	0,06	0,04	0,29	0,43	0,15	-	12,66	-	0,74	5,81
8500412	Suco de mamão	-	18,08	0,01	0,00	0,15	0,15	0,01	-	2,01	-	0,24	3,01
8500413	Suco de manga	-	34,49	0,00	0,00	0,08	0,11	0,02	-	6,98	-	0,21	15,16
8500414	Suco de maracujá	-	47,27	-	0,10	2,25	2,25	0,06	-	8,02	-	0,01	18,24
8500415	Suco de melão	-	9,07	0,04	0,02	0,19	0,31	0,05	-	3,18	-	0,05	8,58
8500416	Suco de morango	-	0,43	0,03	0,04	0,27	0,28	0,06	-	4,42	-	0,02	4,04
8500417	Suco de pêssego	-	12,87	0,00	0,01	0,29	0,29	0,01	-	1,00	-	0,29	5,30
8500418	Suco de pêssego em calda	-	12,87	0,00	0,01	0,29	0,29	0,01	-	1,00	-	0,29	5,30
8500501	Vitamina	19,23	20,28	0,04	0,15	0,23	1,13	0,11	0,30	8,21	0,69	0,07	2,08
8500503	Vitamina de banana	19,23	20,28	0,04	0,15	0,23	1,13	0,11	0,30	8,21	0,69	0,07	2,08
8500504	Vitamina de banana com avelã	18,13	19,12	0,06	0,15	0,28	1,29	0,11	0,29	9,51	0,65	0,09	1,96
8500505	Vitamina de mamão	19,93	31,76	0,04	0,14	0,15	1,07	0,03	0,31	11,57	0,71	0,20	13,03
8500506	Vitamina de abacate	19,23	21,20	0,04	0,14	0,23	1,20	0,04	0,30	11,80	0,69	0,68	4,16
8500507	Vitamina de morango	14,70	15,16	0,03	0,11	0,21	0,92	0,04	0,23	12,21	0,53	0,14	23,49
8500508	Vitamina mista	13,54	21,48	0,03	0,11	0,18	0,82	0,07	0,21	9,37	0,48	0,15	9,63
8500509	Vitamina de maçã	19,23	19,98	0,04	0,13	0,10	0,96	0,03	0,30	3,43	0,69	0,05	0,96
8500601	Refresco	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500602	Refresco de café	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500603	Refresco de groselha	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500604	Refresco de laranja	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500605	Refresco de maracujá	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500606	Refresco de limão	-	1,33	0,01	0,02	0,02	0,02	0,01	-	1,00	-	0,01	22,68
8500801	Salada ou verdura cozida, exceto de fruta	-	405,75	0,04	0,11	0,58	1,03	0,13	-	93,00	-	0,01	18,20
8500802	Salada de maionese	34,88	36,37	0,08	0,09	0,76	1,38	0,29	0,19	14,01	0,21	1,19	4,75

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8500903	Pizza	51,25	57,59	0,33	0,36	2,57	7,26	0,10	0,90	93,33	0,08	0,78	2,17	
8500904	Lasanha pronta <i>light</i>	40,68	47,15	0,10	0,16	1,57	3,35	0,13	0,58	43,92	0,09	0,53	3,56	
8500905	<i>Moque</i>	61,89	62,77	0,08	0,21	0,54	2,46	0,03	0,43	27,53	0,25	0,74	-	
8500906	<i>Caneloni</i>	34,12	78,29	0,09	0,15	1,36	2,22	0,13	0,44	31,85	0,18	1,00	5,25	
8500907	<i>Capelati</i>	18,67	59,54	0,13	0,16	1,46	2,43	0,11	0,31	42,53	0,17	0,76	4,21	
8500909	<i>Ravioli</i>	18,67	59,54	0,13	0,16	1,46	2,43	0,11	0,31	42,53	0,17	0,76	4,21	
8500910	<i>Calzone</i>	61,99	70,06	0,30	0,34	2,48	6,13	0,08	0,75	86,01	0,18	0,30	3,92	
8500913	Panqueca	60,54	67,25	0,09	0,24	2,43	4,25	0,15	1,09	24,13	0,57	1,02	0,78	
8500914	Pizza calabreza	36,76	42,69	0,35	0,34	3,28	7,08	0,13	0,76	92,96	0,06	0,81	2,26	
8500915	Pizza muçarela	51,25	57,59	0,33	0,36	2,57	7,26	0,10	0,90	93,33	0,08	0,78	2,17	
8500916	Pizza presunto	36,76	42,69	0,35	0,34	3,28	7,08	0,13	0,76	92,96	0,06	0,81	2,26	
8500917	Pizza portuguesa	25,50	32,11	0,29	0,28	2,89	5,98	0,16	0,67	68,77	0,08	0,61	10,22	
8500919	Macarronada	-	12,71	0,16	0,10	1,61	2,64	0,09	0,27	69,11	0,05	0,34	8,94	
8501004	Galeto	48,00	48,00	0,06	0,17	8,49	13,57	0,40	0,30	5,00	0,30	0,48	-	
8501104	Costela	-	-	0,07	0,17	3,43	7,65	0,23	2,55	7,00	0,60	0,24	-	
8501202	Pipoca doce ou salgada	17,42	21,60	0,08	0,04	1,85	2,66	0,08	0,00	22,19	0,03	1,81	0,00	
8501302	Café	-	-	0,01	0,08	0,19	0,19	0,00	-	2,00	-	0,01	-	
8501303	Café com leite	14,44	14,65	0,03	0,13	0,15	0,80	0,02	0,23	3,58	0,52	0,04	-	
8501304	Café tipo expresso	-	-	-	0,00	0,29	0,29	-	-	-	-	0,02	-	
8501305	Café tipo <i>capuccino</i>	-	-	0,00	0,00	0,18	0,22	-	-	-	-	0,02	-	
8501402	Milho cozido	-	13,17	0,22	0,07	1,61	2,00	0,06	-	46,00	-	0,57	6,20	
8501502	Batata palito	-	0,28	0,17	0,03	2,20	2,96	0,45	-	15,11	-	1,20	12,43	
8501503	Batata palha	-	0,37	0,29	0,16	3,04	3,93	0,55	-	25,50	-	3,03	23,59	
8501902	Mlungunzá	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
8501903	Canjica	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
8501904	Curau	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15	
8502201	Farofa	-	-	0,10	-	-	-	0,15	-	-	-	-	-	
8502301	Mingau (fubá, aveia, farinha, etc.)	21,17	30,10	0,07	0,18	0,32	1,17	0,04	0,30	11,23	0,51	0,19	0,15	
8502401	Tacacá	1,00	1,00	-	0,03	1,37	1,75	0,01	0,10	4,00	0,19	0,15	-	
8502501	Bolinho de coco	60,47	62,41	0,18	0,29	1,21	2,56	0,08	0,40	57,47	0,46	0,44	5,76	
8502701	Risoto	1,50	152,81	0,09	0,05	2,98	4,25	0,18	0,06	20,52	0,03	0,80	2,83	
8502801	Vatapá	10,36	19,68	0,18	0,21	5,04	7,73	0,40	1,12	41,16	10,29	2,28	9,73	
8502901	Farofa pronta	-	-	0,10	-	-	-	0,15	-	-	-	-	-	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	(continuação)											
		Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Prídoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)
8503202	Caldo de carne	-	-	0,01	0,01	0,31	0,56	0,01	0,08	2,70	-	0,01	0,38
8503203	Caldo-de-feijão	0,43	7,42	0,06	0,03	0,52	1,38	0,05	0,05	27,92	0,03	0,37	0,39
8503204	Caldo de mocotó	-	-	0,01	0,01	0,31	0,56	0,01	0,08	2,70	-	0,01	0,38
8503501	Baão de dois	-	-	0,04	-	-	-	0,04	-	-	-	-	-
8503801	Churrasco	-	-	0,07	0,16	5,36	8,73	0,40	1,71	10,00	0,60	0,43	-
8504201	Sushi	1,41	37,26	0,18	0,04	1,65	2,66	0,13	0,27	44,91	0,21	0,17	1,54
8504401	Salada de frutas	-	4,51	0,05	0,04	0,20	0,31	0,06	-	10,26	-	0,25	23,20
8504501	Sopa (legumes, carne, etc.)	-	28,69	0,02	0,02	0,69	0,94	0,04	0,07	2,90	0,02	0,06	0,51
8504801	Salpicão	44,84	55,82	0,06	0,16	4,73	7,52	0,34	0,37	20,36	0,35	1,11	3,08
8505201	Charuto de repolho	-	6,81	0,07	0,09	1,56	2,68	0,15	0,62	19,51	0,19	0,56	10,50
8505401	Arroz à grega	-	25,36	0,11	0,03	1,15	1,53	0,14	-	31,77	-	0,67	24,32
8505501	Arrumadinho	13,46	94,41	0,12	0,07	1,54	3,12	0,13	0,20	42,61	0,08	0,74	6,70
8505601	Bobó de camarão	21,38	23,32	0,04	0,11	0,33	1,17	0,03	0,27	7,32	0,62	0,60	0,57
8505701	Caruru (quiabo, amendoim, castanha de caju, camarão seco, etc.)	48,23	-	0,08	0,04	-	-	0,13	0,36	-	0,86	7,55	9,70
8505801	Cuscuz paulista	-	-	-	-	0,93	-	-	-	-	-	-	-
8505901	Empacado (queijo, frango, camarão, palmito, etc.)	1,44	80,47	0,15	0,11	3,62	5,02	0,13	0,10	33,27	0,03	0,22	1,78
8506001	Farofa de banana	3,58	-	0,07	0,04	0,37	-	0,28	-	-	-	-	4,85
8506101	Feijão-tropeiro	13,46	94,41	0,12	0,07	1,54	3,12	0,13	0,20	42,61	0,08	0,74	6,70
8506201	Galinha com arroz	0,55	1,88	0,14	0,04	2,18	3,03	0,14	0,02	37,40	0,04	0,27	1,33
8506301	Galinhada	0,55	1,88	0,14	0,04	2,18	3,03	0,14	0,02	37,40	0,04	0,27	1,33
8506401	Moqueca baiana	29,90	35,22	0,11	0,10	1,83	4,46	0,12	10,40	11,30	1,74	0,88	5,90
8506501	Omelete	147,37	148,54	0,06	0,45	0,06	2,29	0,11	0,97	38,60	1,12	1,88	-
8506601	Pirão	39,60	67,82	0,08	0,12	1,08	2,83	0,16	0,76	10,11	0,68	0,38	2,54
8506701	Quibebe	-	249,58	0,03	0,08	0,41	0,56	0,04	-	9,00	-	0,95	4,70
8506801	Quiche	70,83	72,13	0,16	0,28	1,44	3,78	0,08	0,53	39,62	0,64	0,34	0,51
8506901	Sufilé	90,47	297,31	0,10	0,27	0,48	1,73	0,13	0,37	75,98	0,67	1,21	3,91
8507001	Tutu	-	-	0,08	0,03	0,08	1,11	0,05	-	43,74	-	0,62	-
8507101	Moqueca capixaba	31,47	37,07	0,12	0,10	1,92	4,69	0,12	10,95	11,90	1,83	0,83	6,22
8507201	Manicoba	2,87	189,52	0,23	0,19	3,38	5,97	0,27	0,54	46,06	0,24	0,77	8,94
8507301	Caldo verde	1,16	76,80	0,10	0,06	1,62	2,27	0,24	0,11	43,70	-	0,60	12,84
8507401	Arroz de cuxá	-	121,73	0,01	0,03	0,17	0,31	0,04	-	27,90	-	0,26	5,46
8507501	Angu à baiana	942,80	946,00	0,10	0,52	3,35	5,04	0,17	8,39	51,26	0,10	0,39	0,89
8507601	Chocolate	56,00	56,67	0,11	0,30	0,39	1,87	0,04	0,75	11,00	-	0,51	-

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8507701	Gemada	44,93	45,47	0,03	0,19	0,11	1,00	0,05	0,45	1,00	0,99	0,20	1,50	
8507801	Açaí com granola	-	-	-	-	-	-	0,07	-	-	-	-	10,30	
8507901	Suco orgânico	-	8,76	0,06	0,03	0,31	0,35	0,09	-	17,93	-	0,20	34,26	
8507902	Suco de abacaxi orgânico	-	0,25	0,06	0,02	0,20	0,20	0,10	-	18,07	-	0,02	10,04	
8507903	Suco de acerola orgânico	-	25,48	0,02	0,06	0,40	0,40	0,00	-	14,03	-	0,18	1603,91	
8507906	Suco de goiaba orgânico	-	4,53	0,01	0,01	0,16	0,21	0,02	-	7,13	-	0,11	33,20	
8507907	Suco de laranja orgânico	-	8,76	0,06	0,03	0,31	0,35	0,09	-	17,93	-	0,20	34,26	
8507911	Suco de laranja cenoura e beterraba orgânico	-	602,42	0,06	0,04	0,29	0,43	0,15	-	12,66	-	0,74	5,81	
8507913	Suco de manga orgânico	-	34,49	0,00	0,00	0,08	0,11	0,02	-	6,98	-	0,21	15,16	
8507914	Suco de maracujá orgânico	-	47,27	-	0,10	2,25	2,25	0,06	-	8,02	-	0,01	18,24	
8507916	Suco de morango orgânico	-	0,43	0,03	0,04	0,27	0,28	0,06	-	4,42	-	0,02	4,04	
8507917	Suco de pêssego orgânico	-	12,87	0,00	0,01	0,29	0,29	0,01	-	1,00	-	0,29	5,30	
8507918	Suco de pêssego em calda orgânico	-	12,87	0,00	0,01	0,29	0,29	0,01	-	1,00	-	0,29	5,30	
8508003	Pizza pronta <i>light</i>	51,25	57,59	0,33	0,36	2,57	7,26	0,10	0,90	93,33	0,08	0,55	2,17	
8508004	Lasanha pronta <i>light</i>	40,68	47,15	0,10	0,16	1,60	3,50	0,12	0,52	43,09	0,10	0,52	3,56	
8508012	Macarrão pronto <i>light</i>	33,88	33,49	0,20	0,20	1,13	2,45	0,06	0,21	81,11	0,37	0,43	0,09	
8508017	Pizza portuguesa <i>light</i>	25,50	32,11	0,29	0,28	2,89	5,98	0,16	0,67	68,77	0,08	0,45	10,22	
8508101	Farofa pronta <i>light</i> em pacote	-	-	0,10	-	-	-	0,15	-	-	-	-	-	
8508301	Vaca atolada	-	-	0,07	0,09	1,72	3,82	0,13	1,28	3,50	0,30	0,12	5,55	
8508401	Salada ou verdura crua, exceto de fruta	-	41,63	0,04	0,02	0,59	0,69	0,08	-	15,00	-	0,54	12,70	
8508403	Outros legumes cozidos	-	425,92	0,08	0,03	0,98	1,29	0,21	-	11,50	-	0,55	5,50	
8509801	Café da manhã	14,44	14,65	0,03	0,13	0,15	0,80	0,02	0,23	3,58	0,52	0,04	-	
8570101	Prato de comida brasileira	-	-	0,11	0,07	0,83	2,07	0,06	0,26	55,15	0,07	0,39	-	
8570102	Prato de comida do nordeste	-	0,01	0,05	0,04	0,64	1,76	0,06	0,29	22,22	0,07	0,31	-	
8570103	Prato de comida do norte	-	-	0,06	0,04	0,42	1,47	0,06	0,33	23,97	0,08	0,37	-	
8570104	Prato de comida do sudeste	-	8,12	0,05	0,07	0,93	2,40	0,10	0,69	21,72	0,17	0,43	2,48	
8570105	Prato de comida do sul	-	-	0,11	0,07	0,83	2,07	0,06	0,26	55,15	0,07	0,39	-	
8570106	Prato de comida do centro-oeste	-	9,65	0,05	0,04	0,50	1,43	0,07	0,29	24,11	0,07	0,44	2,94	
8570107	Aroz com feijão	-	-	0,04	0,01	0,04	0,62	0,03	-	24,30	-	0,35	-	
8570328	Pão com manteiga	114,33	114,03	0,33	0,56	1,96	0,04	0,50	0,03	0,50	0,23	0,39	-	
8570329	Pão com margarina	139,17	143,40	0,33	0,57	1,95	0,04	0,50	0,02	0,17	-	0,52	0,03	
8570330	Pão com ovo	92,80	92,03	0,23	0,61	1,21	1,42	0,37	0,60	23,91	0,70	0,81	-	
8571110	Carne com batata, inhame, batata-baroa ou aipim	-	0,08	0,09	0,12	2,26	4,67	0,26	1,42	9,00	0,35	0,32	3,70	

Tabela 4 - Vitaminas na composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Retinol (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)	Tiamina (mg)	Riboflavina (mg)	Niacina (mg)	Niacina (NE) (mg)	Piridoxina (mg)	Cobalamina (mcg)	Folato (DFE) (mcg)	Vitamina D (mcg)	Vitamina E (mg)	Vitamina C (mg)	(continuação)
8571111	Carne com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	-	124,79	0,06	0,15	1,81	4,07	0,15	1,42	9,00	0,35	0,65	2,35	
8571112	Frango com batata, inhame batata-baroa ou aipim	4,50	4,58	0,08	0,07	6,87	10,10	0,44	0,17	6,50	0,10	0,39	3,70	
8571113	Frango com legumes (exceto batata, inhame e aipim)	4,50	129,29	0,05	0,10	6,42	9,50	0,32	0,17	6,50	0,10	0,72	2,35	
8578404	Abobora com quiabo	-	131,88	0,08	0,07	0,64	0,85	0,12	-	27,50	-	0,54	10,50	
8579002	Arroz carreteiro	-	-	0,03	-	-	-	0,07	-	-	-	-	-	
8579003	Maria izabel	-	-	0,03	-	-	-	0,07	-	-	-	-	-	
8579004	Arroz de leite	7,68	7,80	0,14	0,07	1,18	1,93	0,08	0,12	35,38	0,27	0,30	0,01	
8579005	Arroz com mandioca	-	-	0,03	-	-	-	0,02	-	-	-	-	5,55	
8579006	Arroz com ovo	91,30	92,03	0,04	0,28	0,04	1,42	0,07	0,60	23,91	0,70	0,81	-	
8800109	Palma	-	22,13	0,01	0,04	0,30	0,53	0,07	-	3,00	-	0,25	5,30	

Fonte: IBGE, Diretoria de Pesquisas, Coordenação de Trabalho e Rendimento, Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009.

Notas: 1. Células com valores igual a "0,00" representam valores abaixo dos limites de quantificação.

2. Células com "-" (traço) representam valores nutricionais ausentes ou não disponíveis.

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
Cereais e leguminosas			
6300101	Arroz (polido, parboilizado, agulha, agulhinha, etc.)	99 Não se aplica	8 Arroz, tipo 1, cozido (99,02 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml)
6300201	Arroz integral	99 Não se aplica	8 Arroz, integral, cozido (99,02 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml)
6300701	Milho (em grão)	1 Cru(a)	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6300701	Milho (em grão)	2 Cozido(a)	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6300701	Milho (em grão)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6300701	Milho (em grão)	4 Assado(a)	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6300701	Milho (em grão)	7 Refogado(a)	1 Corn, cooked from fresh, cob, topped with fat, no salt added
6300701	Milho (em grão)	13 Ensopado	1 Corn, cooked from fresh, cob, topped with fat, no salt added
6300701	Milho (em grão)	99 Não se aplica	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6300706	Canjiquinha de milho em grão	1 Cru(a)	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6300706	Canjiquinha de milho em grão	2 Cozido(a)	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6300706	Canjiquinha de milho em grão	13 Ensopado	1 Cereal, cooked, cornmeal, seasoned with fat, no salt added
6300706	Canjiquinha de milho em grão	14 Mingau	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6300706	Canjiquinha de milho em grão	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6300706	Canjiquinha de milho em grão	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6300707	Xerém de milho	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6301001	Amendoim (em grão) <i>in natura</i>	99 Não se aplica	1 Peanuts, raw (dried)
6301101	Ervilha em grão	99 Não se aplica	1 Green peas, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6301201	Fava (em grão)	99 Não se aplica	1 Beans, fava, cooked from fresh, no fat or salt added
6301204	Mangaló amargo em grão	99 Não se aplica	1 Beans, fava, cooked from fresh, no fat or salt added
6301603	Feijão-de-corda	99 Não se aplica	1 Cowpeas, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6301634	Feijão-verde	99 Não se aplica	1 Cowpeas, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6302001	Semente de linhaça	99 Não se aplica	1 Seeds, flax, not fortified
6302602	Andu	99 Não se aplica	1 Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml))
6302801	Grão de bico	99 Não se aplica	1 Garbanzo beans, cooked from dried, boiled, no fat or salt added
6302901	Lentilha	99 Não se aplica	1 Lentils, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used
6303001	Soja em grão	99 Não se aplica	1 Soybean, cooked from dried, no fat or salt added
6303102	Feijão (preto, mulatinho, roxo, rosinha, etc.)	99 Não se aplica	1 Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml))
6303501	Quirera não especificada	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, cornmeal, no fat or salt added
6304034	Feijão-verde orgânico	99 Não se aplica	1 Cowpeas, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6304101	Feijão orgânico	99 Não se aplica	1 Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml))
6304201	Pipoca <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Popcorn, microwave popped from package, light, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6304301 Arroz orgânico	99 Não se aplica	8 Arroz, tipo 1, cozido (99,02 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml)
6304401 Arroz integral orgânico	99 Não se aplica	8 Arroz, integral, cozido (99,02 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml)
6304602 Feijão-de-soja orgânico	99 Não se aplica	1 Soybean, cooked from dried, no fat or salt added
6304901 Quinoa	99 Não se aplica	1 Quinoa, cooked in unsalted water, seasoned fat used
Hortalças tuberosas		
6400101 Batata-inglesa	1 Cru(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400101 Batata-inglesa	2 Cozido(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400101 Batata-inglesa	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400101 Batata-inglesa	4 Assado(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400101 Batata-inglesa	5 Frito(a)	1 French fries, cooked from fresh, no salt added, fat used
6400101 Batata-inglesa	7 Refogado(a)	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400101 Batata-inglesa	8 Molho vermelho	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g) (20 g)
6400101 Batata-inglesa	9 Molho branco	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
6400101 Batata-inglesa	10 Ao alho e óleo	1 French fries, cooked from fresh, no salt added, fat used
6400101 Batata-inglesa	11 Com manteiga/óleo	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400101 Batata-inglesa	13 Ensopado	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400101 Batata-inglesa	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6400101 Batata-inglesa	99 Não se aplica	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400303 Mandioquinha salsa (batata-baroa)	2 Cozido(a)	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400303 Mandioquinha salsa (batata-baroa)	7 Refogado(a)	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400303 Mandioquinha salsa (batata-baroa)	13 Ensopado	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400303 Mandioquinha salsa (batata-baroa)	99 Não se aplica	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400304 Cenoura amarela (batata-baroa)	99 Não se aplica	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400401 Batata-doce	1 Cru(a)	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400401 Batata-doce	2 Cozido(a)	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400401 Batata-doce	4 Assado(a)	1 Sweet potato, baked, no fat no salt added
6400401 Batata-doce	5 Frito(a)	1 Sweet potato, French fried
6400401 Batata-doce	7 Refogado(a)	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400401 Batata-doce	13 Ensopado	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400401 Batata-doce	99 Não se aplica	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400501 Inhame	1 Cru(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400501 Inhame	2 Cozido(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400501 Inhame	4 Assado(a)	1 Yams (sweet potato type), baked, no fat or salt added
6400501 Inhame	5 Frito(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6400501 Inhame	7 Refogado(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added
6400501 Inhame	13 Ensopado	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added
6400501 Inhame	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6400508 Quicaré	99 Não se aplica	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400601 Mandioca	1 Cru(a)	2 Mandioca, cozida
6400601 Mandioca	2 Cozido(a)	2 Mandioca, cozida
6400601 Mandioca	4 Assado(a)	2 Mandioca, cozida
6400601 Mandioca	5 Frito(a)	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400601 Mandioca	7 Refogado(a)	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400601 Mandioca	8 Molho vermelho	8 Mandioca, cozida (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6400601 Mandioca	11 Com manteiga/óleo	8 Mandioca, cozida (95 g) + Butter, regular, salted (5 ml)
6400601 Mandioca	13 Ensopado	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400601 Mandioca	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6400609 Aipim	99 Não se aplica	2 Mandioca, cozida
6400609 Aipim	2 Cozido(a)	2 Mandioca, cozida
6400609 Aipim	4 Assado(a)	2 Mandioca, cozida
6400609 Aipim	5 Frito(a)	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400609 Aipim	6 Empanado(a)/à milanesa	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400609 Aipim	7 Refogado(a)	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400609 Aipim	8 Molho vermelho	8 Mandioca, cozida (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6400609 Aipim	11 Com manteiga/óleo	8 Mandioca, cozida (95 g) + Butter, regular, salted (5 ml)
6400609 Aipim	13 Ensopado	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400609 Aipim	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6400609 Aipim	99 Não se aplica	2 Mandioca, cozida
6400610 Macaxeira	1 Cru(a)	2 Mandioca, cozida
6400610 Macaxeira	2 Cozido(a)	2 Mandioca, cozida
6400610 Macaxeira	4 Assado(a)	2 Mandioca, cozida
6400610 Macaxeira	5 Frito(a)	8 Mandioca, cozida (95 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (5 ml)
6400701 Cará	2 Cozido(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400701 Cará	5 Frito(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added
6400701 Cará	7 Refogado(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added
6400701 Cará	13 Ensopado	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, fat used, no salt added
6400701 Cará	14 Mingau	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400701 Cará	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6400713 Inhamo caraquento (cará)	2 Cozido(a)	1 Yams (sweet potato type), cooked from frozen, no fat or salt added
6400802 Batata (não especificada)	1 Cru(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400802 Batata (não especificada)	2 Cozido(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400802 Batata (não especificada)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400802 Batata (não especificada)	4 Assado(a)	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400802 Batata (não especificada)	5 Frito(a)	1 French fries, cooked from fresh, no salt added, fat used
6400802 Batata (não especificada)	7 Refogado(a)	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400802 Batata (não especificada)	8 Molho vermelho	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g)
6400802 Batata (não especificada)	9 Molho branco	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
6400802 Batata (não especificada)	12 Ao vinagrete	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400802 Batata (não especificada)	13 Ensopado	1 Potato, boiled, without skin, no salt added, fat used
6400802 Batata (não especificada)	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6400802 Batata (não especificada)	99 Não se aplica	1 Potato, boiled, without skin, no fat no salt added
6400908 Mandioquinha	2 Cozido(a)	1 Sweet potato, boiled, no fat no salt added
6400908 Mandioquinha	5 Frito(a)	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400908 Mandioquinha	7 Refogado(a)	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6400908 Mandioquinha	13 Ensopado	1 Sweet potato, boiled, fat used, no salt added
6401001 Rabanete	1 Cru(a)	1 Radish, raw
6401001 Rabanete	2 Cozido(a)	1 Radish, Japanese (daikon), cooked, no fat or salt added
6401001 Rabanete	12 Ao vinagrete	1 Radish, Japanese (daikon), cooked, no fat or salt added
6401101 Beterraba	1 Cru(a)	1 Beets, raw
6401101 Beterraba	2 Cozido(a)	1 Beets, cooked from fresh, no fat or salt added
6401101 Beterraba	7 Refogado(a)	1 Beets, cooked from fresh, fat used, no salt added
6401101 Beterraba	12 Ao vinagrete	1 Beets, cooked from fresh, no fat or salt added
6401101 Beterraba	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6401101 Beterraba	99 Não se aplica	1 Beets, raw
6401201 Cenoura	1 Cru(a)	1 Carrots, raw
6401201 Cenoura	2 Cozido(a)	1 Carrots, cooked from fresh, no fat or salt added
6401201 Cenoura	5 Frito(a)	1 Carrots, cooked from fresh, fried or sauteed, fat used, no salt
6401201 Cenoura	7 Refogado(a)	1 Carrots, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt
6401201 Cenoura	8 Molho vermelho	1 Carrots, cooked from fresh, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6401201 Cenoura	10 Ao alho e óleo	1 Carrots, cooked from fresh, fried or sauteed, fat used, no salt
6401201 Cenoura	11 Com manteiga/óleo	1 Carrots, cooked from fresh, stir fried, butter used, regular, no salt added
6401201 Cenoura	12 Ao vinagrete	1 Carrots, cooked from fresh, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6401201	Cenoura	13 Ensopado	1 Carrots, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt
6401201	Cenoura	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6401201	Cenoura	99 Não se aplica	1 Carrots, raw
6401301	Nabo	2 Cozido(a)	1 Turnip, cooked, boiled, no fat or salt added
6401301	Nabo	7 Refogado(a)	1 Turnip, cooked, boiled, fat used, no salt added
6401601	Açafrão	1 Cru(a)	1 Saffron
6401801	Batata-inglesa orgânica	5 Frito(a)	1 French fries, cooked from fresh, no salt added, fat used
Farinhas, féculas e massas			
6500101	Creme de arroz	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispanic, Majarete, manjar blanco (rice flour cream)
6500104	Arrozina	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispanic, Majarete, manjar blanco (rice flour cream)
6500105	Mucilon	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6500108	Mingau de arroz	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispanic, Majarete, manjar blanco (rice flour cream)
6500202	Croquinhos de arroz	99 Não se aplica	1 Popcorn, home popped, hot air popped, no fat or salt added
6500301	Farinha de aveia	99 Não se aplica	1 Oats, oatmeal, dry - unprepared, regular
6500401	Aveia em flocos	99 Não se aplica	1 Oats, oatmeal, dry - unprepared, regular
6500601	Fubá de milho	99 Não se aplica	1 Grits (polenta), regular cooking, no fat or salt added
6500603	Farinha de milho	99 Não se aplica	2 Farinha, de milho, amarela
6500608	Puba de milho	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, milho
6500609	Puba de fubá	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, milho
6500613	Milho moído	2 Cozido(a)	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
6500614	Mingau de milho	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6500702	Amido de milho	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6500705	Amido de arroz	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispanic, Majarete, manjar blanco (rice flour cream)
6500801	Cremogema	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6500802	Vitamilho	99 Não se aplica	1 Couscous, cooked, no fat or salt added
6500804	Creme de milho	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6500902	Sucrilhos de milho	99 Não se aplica	2 Cereal matinal, milho, açúcar
6500903	Cereal matinal de milho em flocos	99 Não se aplica	2 Cereal matinal, milho, açúcar
6501301	Germe de trigo	99 Não se aplica	1 Cereal, ready-to-eat, wheat germ, crude
6501303	Fibra de trigo	99 Não se aplica	1 Bran wheat
6501304	Fibra de cereal trigo	99 Não se aplica	1 Bran wheat
6501401	Farinha de mandioca	99 Não se aplica	2 Farinha, de mandioca, crua
6501410	Farinha de copioba	99 Não se aplica	2 Farinha, de mandioca, crua
6501415	Farinha d'água	99 Não se aplica	2 Farinha, de mandioca, crua

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6501416 Cruera	99 Não se aplica	2 Farinha, de mandioca, crua
6501502 Goma de mandioca	99 Não se aplica	6 Tapioca com coco
6501505 Sagu de mandioca	99 Não se aplica	1 Tapioca pudding, vanilla and other flavors, homemade
6501510 Farinha de tapioca	99 Não se aplica	2 Fécula, de mandioca
6501511 Farinha beiju	99 Não se aplica	2 Fécula, de mandioca
6501515 Sagu de tapioca	99 Não se aplica	1 Tapioca pudding, vanilla and other flavors, homemade
6501516 Tapioca de goma	99 Não se aplica	6 Tapioca com coco
6502001 Farinha láctea	99 Não se aplica	7 Farinha Láctea NESTLÉ
6502101 Neston	99 Não se aplica	7 Neston 3 Cereais Nestlé
6502102 Flocos de cereais	99 Não se aplica	2 Cereal matinal, milho
6502105 Vítaflocos	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
6502403 Mini pizza semipronta	1 Cru(a)	1 Pizza, fast food, Domino's, hand-tossed pizza, cheese
6502403 Mini pizza semipronta	2 Cozido(a)	1 Pizza, fast food, Domino's, hand-tossed pizza, cheese
6502403 Mini pizza semipronta	4 Assado(a)	1 Pizza, fast food, Domino's, hand-tossed pizza, cheese
6502403 Mini pizza semipronta	5 Frito(a)	1 Pizza, fast food, Domino's, hand-tossed pizza, cheese
6502403 Mini pizza semipronta	99 Não se aplica	1 Pizza, fast food, Domino's, hand-tossed pizza, cheese
6502501 Fibra de soja	99 Não se aplica	1 Food industry additives or ingredients, soy fiber
6502603 Minipastel	99 Não se aplica	1 Wonton, fried, with meat filling
6503401 Macarrão	1 Cru(a)	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	2 Cozido(a)	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	4 Assado(a)	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	5 Frito(a)	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used
6503401 Macarrão	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used
6503401 Macarrão	7 Refogado(a)	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used
6503401 Macarrão	8 Molho vermelho	1 Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with tomato sauce, without meat or poultry, from recipe
6503401 Macarrão	9 Molho branco	1 Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with white clam sauce, from recipe
6503401 Macarrão	10 Ao alho e óleo	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used
6503401 Macarrão	11 Com manteiga/óleo	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used, butter, regular
6503401 Macarrão	12 Ao vinagrete	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	13 Ensopado	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used
6503401 Macarrão	15 Sopa	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503401 Macarrão	99 Não se aplica	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, no fat used
6503501 Purê de batata	99 Não se aplica	1 Mashed potatoes, prepared from fresh

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6503601 Bife vegetal	99 Não se aplica	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6503603 Carne vegetal	5 Frito(a)	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6503604 Pasta de soja	99 Não se aplica	1 Tofu (soybean curd), silken, not cooked, regular
6503605 Carne de soja	99 Não se aplica	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6503702 Amendoim moído	99 Não se aplica	1 Peanuts, raw (dried)
6504101 Granola	99 Não se aplica	1 Granola, Família Swiss Muesli, original recipe
6504601 Miusli	99 Não se aplica	1 Granola, Família Swiss Muesli, original recipe
6504701 Mix de cereais	99 Não se aplica	1 Granola, Família Swiss Muesli, original recipe
6504801 Mijojo	99 Não se aplica	1 Noodles, commercial seasoned mix
6504802 Macarrão instantâneo	99 Não se aplica	1 Noodles, commercial seasoned mix
6505101 Sustagem	99 Não se aplica	1 Special formulated products, dry powders - unprepared, meal replacement (high protein), regular
6505601 Proteína de soja	99 Não se aplica	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6505603 Proteína vegetal	99 Não se aplica	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6505701 Complemento alimentar de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Special formulated products, dry powders - unprepared, meal replacement (high protein), regular
6505902 Sucrilhos de milho <i>light</i>	99 Não se aplica	2 Cereal matinal, milho
6506003 Mini pizza semipronta <i>light</i>	4 Assado(a)	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, without meat or vegetables (plain), without extra cheese, thin crust, no fat used, salt regular
6506302 Macarrão instantâneo <i>light</i>	15 Sopa	1 Noodles, commercial seasoned mix
6506302 Macarrão instantâneo <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Noodles, commercial seasoned mix
6506401 Proteína de soja orgânica	99 Não se aplica	1 Texture vegetable protein, meat substitute, meatloaf, fat used
6573225 Macarrão com carne	99 Não se aplica	1 Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with tomato sauce, with meat, from recipe
6573226 Macarrão com peixe	99 Não se aplica	1 Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used (50 g) + Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, stir fried, fat used, no salt added (50 g)
Cocos, castanhas e nozes		
6600101 Coco-da-baía (seco ou verde)	99 Não se aplica	1 Coconut, fresh
6600301 Castanha portuguesa	99 Não se aplica	1 Chestnuts, boiled and steamed
6600401 Pinhão	99 Não se aplica	2 Pinhão, cozido
6600501 Amêndoa	99 Não se aplica	1 Almonds, roasted, dry roasted, unsalted
6600601 Avelã	99 Não se aplica	1 Nuts and seeds, hazelnuts, raw
6600701 Castanha-do-pará	99 Não se aplica	1 Brazil nuts, unsalted
6600801 Castanha de caju	99 Não se aplica	1 Cashews, roasted, dry roasted, unsalted
6600912 Butiá	99 Não se aplica	3 Becuri
6601108 Tucumã	99 Não se aplica	3 Tucumã
6601208 Coco de mucajá	99 Não se aplica	2 Macaúba, cru
6601501 Noz (noqueira)	99 Não se aplica	1 Walnuts

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6601706 Açai	99 Não se aplica	3 Açai, fruta
6601707 Juçara	99 Não se aplica	3 Açai, fruta
6601709 Uaçai	99 Não se aplica	3 Açai, fruta
6601712 Jussara	99 Não se aplica	3 Açai, fruta
6601805 Pupunha	99 Não se aplica	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6601902 Bacaba	99 Não se aplica	3 Bacaba
6601904 Bacabuçu	99 Não se aplica	3 Bacaba
6602001 Castanha-da-índia	99 Não se aplica	1 Brazil nuts, unsalted
6602201 Pistache	99 Não se aplica	1 Pistachio, nuts, raw (dried)
6602301 Buriiti	99 Não se aplica	3 Buriiti
6602401 Coco	99 Não se aplica	1 Coconut, fresh
6602601 Patauí	99 Não se aplica	3 Bacuri
Hortaliças folhosas, frutosas e outras		
6700101 Alface	99 Não se aplica	1 Lettuce, green leaf
6700201 Bertalha	7 Refogado(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6700301 Chicória	1 Cru(a)	1 Endive (curly), raw
6700301 Chicória	2 Cozido(a)	1 Kale, cooked from fresh, boiled, no fat or salt used
6700301 Chicória	7 Refogado(a)	1 Kale, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt used
6700301 Chicória	12 Ao vinagre	1 Kale, cooked from fresh, boiled, no fat or salt used
6700304 Escarola	99 Não se aplica	1 Escarole, cooked, no fat or salt added
6700501 Couve	1 Cru(a)	1 Collards, raw
6700501 Couve	2 Cozido(a)	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6700501 Couve	5 Frito(a)	1 Collards, cooked from fresh, fat used or salt added
6700501 Couve	7 Refogado(a)	1 Collards, cooked from fresh, fat used or salt added
6700501 Couve	8 Molho vermelho	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6700501 Couve	10 Ao alho e óleo	1 Collards, cooked from fresh, fat used or salt added
6700501 Couve	11 Com manteiga/óleo	1 Collards, cooked from fresh, stir fried, butter, regular, no salt added
6700501 Couve	12 Ao vinagre	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6700501 Couve	13 Ensopado	1 Collards, cooked from fresh, fat used or salt added
6700501 Couve	14 Mingau	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6700501 Couve	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6700601 Couve-flor	1 Cru(a)	1 Cauliflower, cooked from fresh, no fat or salt added
6700601 Couve-flor	2 Cozido(a)	1 Cauliflower, cooked from fresh, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6700601	Couve-flor	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Cauliflower, cooked from fresh, no fat or salt added (70,7 g) + Egg whole, raw (12 g) + Oil, soybean - unhydrogenated (7 ml) + bread, bread crumbs, plain (10 g)
6700601	Couve-flor	7 Refogado(a)	1 Cauliflower, cooked from fresh, fried or sauteed, fat used, no salt added
6700601	Couve-flor	12 Ao vinagrete	1 Cauliflower, cooked from fresh, no fat or salt added
6700601	Couve-flor	99 Não se aplica	1 Cauliflower, cooked from fresh, no fat or salt added
6700701	Espinafre	1 Cru(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6700701	Espinafre	2 Cozido(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6700701	Espinafre	7 Refogado(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6700701	Espinafre	12 Ao vinagrete	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6700701	Espinafre	99 Não se aplica	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6700801	Mostarda (verdura)	1 Cru(a)	1 Vegetables, mustard greens, raw
6700801	Mostarda (verdura)	2 Cozido(a)	1 Greens, mustard, cooked from fresh, no fat or salt added
6700801	Mostarda (verdura)	7 Refogado(a)	1 Greens, mustard, cooked from fresh, fat used, no salt added
6700801	Mostarda (verdura)	99 Não se aplica	1 Greens, mustard, cooked from fresh, no fat or salt added
6700901	Repolho	1 Cru(a)	1 Cabbage, green, raw
6700901	Repolho	2 Cozido(a)	1 Cabbage, green, cooked, boiled, no fat or salt added
6700901	Repolho	5 Frito(a)	1 Cabbage, green, cooked, fried or sauteed, no salt added
6700901	Repolho	7 Refogado(a)	1 Cabbage, green, cooked, stir fried, fat used, no salt added
6700901	Repolho	9 Molho branco	1 Cabbage, green, cooked, boiled, no fat or salt added
6700901	Repolho	10 Ao alho e óleo	1 Cabbage, green, cooked, fried or sauteed, no salt added
6700901	Repolho	12 Ao vinagrete	1 Cabbage, green, cooked, boiled, no fat or salt added
6700901	Repolho	13 Ensopado	1 Cabbage, green, cooked, stir fried, fat used, no salt added
6700901	Repolho	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6700901	Repolho	99 Não se aplica	1 Cabbage, green, cooked, boiled, no fat or salt added
6701101	Cebolinha	99 Não se aplica	1 Scallions or spring onions, raw (tops only)
6701301	Agrião	1 Cru(a)	1 Arugula - raw
6701301	Agrião	2 Cozido(a)	1 Watercress, cooked, no fat or salt added
6701301	Agrião	12 Ao vinagrete	1 Watercress, cooked, no fat or salt added
6701301	Agrião	13 Ensopado	1 Watercress, cooked, boiled, fat used, no salt added
6701301	Agrião	99 Não se aplica	1 Arugula - raw
6701401	Taioba	1 Cru(a)	2 Taioba, crua
6701401	Taioba	2 Cozido(a)	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6701401	Taioba	7 Refogado(a)	1 Collards, cooked from fresh, fat used or salt added
6701501	Acelga	1 Cru(a)	1 Chard, raw
6701501	Acelga	2 Cozido(a)	1 Cabbage, Chinese, Pe-tsai, cooked, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6701501	Acelga	7 Refogado(a)	1 Cabbage, Chinese, Pe-tsai, cooked, boiled, fat used
6701501	Acelga	99 Não se aplica	1 Chard, raw
6701505	Beterraba branca (acelga)	2 Cozido(a)	1 Cabbage, Chinese, Pe-tsai, cooked, no fat or salt added
6701601	Almeirão	1 Cru(a)	1 Escarole, raw
6701601	Almeirão	2 Cozido(a)	1 Escarole, cooked, no fat or salt added
6701601	Almeirão	7 Refogado(a)	1 Escarole, cooked, fat used, no salt added
6701601	Almeirão	12 Ao vinagrete	1 Escarole, cooked, no fat or salt added
6701602	Radite	1 Cru(a)	1 Escarole, raw
6701602	Radite	7 Refogado(a)	1 Escarole, cooked, fat used, no salt added
6701602	Radite	12 Ao vinagrete	1 Escarole, cooked, no fat or salt added
6701704	Brócolis	1 Cru(a)	1 Broccoli, raw
6701704	Brócolis	2 Cozido(a)	1 Broccoli, cooked from fresh, no fat or salt added
6701704	Brócolis	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Broccoli, fried, breaded or batter dipped, fat used, no salt added
6701704	Brócolis	7 Refogado(a)	1 Broccoli, cooked from fresh, fat used, no salt added
6701704	Brócolis	10 Ao alho e óleo	1 Broccoli, cooked from fresh, fat used, no salt added
6701704	Brócolis	12 Ao vinagrete	1 Broccoli, cooked from fresh, no fat or salt added
6701704	Brócolis	99 Não se aplica	1 Broccoli, cooked from fresh, no fat or salt added
6701801	Serralha	1 Cru(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6701801	Serralha	2 Cozido(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6701801	Serralha	7 Refogado(a)	1 Spinach, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6701901	Caruru	2 Cozido(a)	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6701906	Cuxá	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6701907	Vinagreira	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6701913	Caruru	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6702001	Rúcula	99 Não se aplica	1 Arugula, raw
6702105	Jambu	99 Não se aplica	3 Jambu
6702201	Língua de vaca (verdura)	1 Cru(a)	1 Collards, raw
6702301	Alcachofra	99 Não se aplica	1 Artichoke, regular globe, cooked
6702501	Bredo	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6702604	Salsão (aipo)	7 Refogado(a)	1 Celery, cooked, no fat or salt added
6702801	Erva-doce	99 Não se aplica	1 Fennel bulb, raw
6703003	Folha de aipim	1 Cru(a)	1 Collards, raw
6703004	Folha de macaxeira	2 Cozido(a)	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
6703101	Broto de feijão	1 Cru(a)	1 Sprouts, mung bean, raw

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6703101	Broto de feijão		1 Sprouts, mung bean, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6703306	Moranga	2 Cozido(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703306	Moranga	7 Refogado(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, fat used, no salt added
6703306	Moranga	13 Ensopado	1 Pumpkin, cooked from fresh, fat used, no salt added
6703306	Moranga	99 Não se aplica	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703701	Abobrinha	1 Cru(a)	1 Squash, summer type (green or yellow), raw
6703701	Abobrinha	2 Cozido(a)	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, no fat or salt added
6703701	Abobrinha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, no fat or salt added
6703701	Abobrinha	4 Assado(a)	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, no fat or salt added
6703701	Abobrinha	5 Frito(a)	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, fried or sauteed, fat used, no salt added
6703701	Abobrinha	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Squash, summer type (green or yellow), batter dipped or breaded, fat used, no salt added
6703701	Abobrinha	7 Refogado(a)	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, fat used, no salt added
6703701	Abobrinha	13 Ensopado	1 Squash, summer type (green or yellow), cooked from fresh, fat used, no salt added
6703805	Jerimum	1 Cru(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703805	Jerimum	2 Cozido(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703901	Abóbora	1 Cru(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703901	Abóbora	2 Cozido(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6703901	Abóbora	4 Assado(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, microwaved or steamed or baked, no fat or salt added
6703901	Abóbora	5 Frito(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, fried or sauteed, fat used, no salt added
6703901	Abóbora	7 Refogado(a)	1 Pumpkin, cooked from fresh, fat used, no salt added
6703901	Abóbora	8 Molho vermelho	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6703901	Abóbora	13 Ensopado	1 Pumpkin, cooked from fresh, fat used, no salt added
6703901	Abóbora	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe
6703901	Abóbora	99 Não se aplica	1 Pumpkin, cooked from fresh, no fat or salt added
6704001	Pépinô	99 Não se aplica	1 Cucumber, raw, with peel
6704101	Chuchu	1 Cru(a)	1 Chayote - cooked, no fat or salt added
6704101	Chuchu	2 Cozido(a)	1 Chayote - cooked, no fat or salt added
6704101	Chuchu	4 Assado(a)	1 Chayote - cooked, microwaved or steamed or baked, no fat or salt added
6704101	Chuchu	7 Refogado(a)	1 Chayote - cooked, fat used, no salt added
6704101	Chuchu	8 Molho vermelho	1 Chayote - cooked, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
6704101	Chuchu	10 Ao alho e óleo	1 Chayote - cooked, fried or sauteed, fat used, no salt added
6704101	Chuchu	12 Ao vinagrete	1 Chayote - cooked, no fat or salt added
6704101	Chuchu	13 Ensopado	1 Chayote - cooked, fat used, no salt added
6704101	Chuchu	15 Sopa	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from recipe

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6704201	Jiló	1 Cru(a)	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6704201	Jiló	2 Cozido(a)	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6704201	Jiló	4 Assado(a)	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6704201	Jiló	5 Frito(a)	1 Okra, cooked from fresh, fried, no salt added
6704201	Jiló	7 Refogado(a)	1 Okra, cooked from fresh, stir fried, fat used, no salt added
6704201	Jiló	11 Com manteiga/óleo	1 Okra, cooked from fresh, stir fried, butter, regular, salted
6704201	Jiló	13 Ensopado	1 Okra, cooked from fresh, stir fried, fat used, no salt added
6704201	Jiló	99 Não se aplica	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6704301	Maxixe	1 Cru(a)	2 Maxixe, cru
6704301	Maxixe	2 Cozido(a)	1 Vegetables, winter melon (waxgourd or Chinese preserving melon), boiled, no fat or salt added
6704301	Maxixe	7 Refogado(a)	1 Vegetables, winter melon (waxgourd or Chinese preserving melon), boiled, fat used, no salt added
6704301	Maxixe	13 Ensopado	1 Vegetables, winter melon (waxgourd or Chinese preserving melon), boiled, fat used, no salt added
6704306	Pepinho (maxixe)	2 Cozido(a)	1 Vegetables, winter melon (waxgourd or Chinese preserving melon), boiled, no fat or salt added
6704306	Pepinho (maxixe)	12 Ao vinagre	1 Vegetables, winter melon (waxgourd or Chinese preserving melon), boiled, no fat or salt added
6704401	Palmito <i>in natura</i>	1 Cru(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704401	Palmito <i>in natura</i>	2 Cozido(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704401	Palmito <i>in natura</i>	7 Refogado(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704401	Palmito <i>in natura</i>	13 Ensopado	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	2 Cozido(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	7 Refogado(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704409	Guariroba (palmito <i>in natura</i>)	8 Molho vermelho	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	2 Cozido(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704410	Gueroba (palmito <i>in natura</i>)	7 Refogado(a)	1 Vegetables, hearts of palm - canned
6704501	Pimentão	99 Não se aplica	1 Green pepper - sweet, raw
6705001	Quiabo	1 Cru(a)	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6705001	Quiabo	2 Cozido(a)	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6705001	Quiabo	5 Frito(a)	1 Okra, cooked from fresh, fried, no salt added
6705001	Quiabo	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Okra, cooked from fresh, fried, no salt added
6705001	Quiabo	7 Refogado(a)	1 Okra, cooked from fresh, stir fried, fat used, no salt added
6705001	Quiabo	13 Ensopado	1 Okra, cooked from fresh, stir fried, fat used, no salt added
6705001	Quiabo	99 Não se aplica	1 Okra, cooked from fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
6705101	Tomate	99 Não se aplica	1 Tomato, raw
6705201	Vagem	1 Cru(a)	1 Green or string beans, cooked from fresh, no fat or salted added
6705201	Vagem	2 Cozido(a)	1 Green or string beans, cooked from fresh, no fat or salted added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6705201	Vagem	7 Refogado(a)	1 Green or string beans, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6705201	Vagem	11 Com manteiga/óleo	1 Green or string beans, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6705201	Vagem	13 Ensopado	1 Green or string beans, cooked from fresh, boiled, fat used, no salt added
6705201	Vagem	99 Não se aplica	1 Green or string beans, cooked from fresh, boiled, no fat or salt added
6705301	Cogumelo <i>in natura</i>	99 Não se aplica	1 Mushrooms, cooked from fresh, no fat or salt added
6705401	Berinjela	1 Cru(a)	1 Eggplant, raw
6705401	Berinjela	2 Cozido(a)	1 Eggplant, cooked, no fat or salt added
6705401	Berinjela	4 Assado(a)	1 Eggplant, cooked, no fat or salt added
6705401	Berinjela	5 Frito(a)	1 Eggplant, cooked, fried or sauteed, fat used, no salt added
6705401	Berinjela	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Eggplant, fried or sauteed, batter dipped or breaded, fat used, no salt added
6705401	Berinjela	7 Refogado(a)	1 Eggplant, cooked, fat used, no salt added
6705401	Berinjela	12 Ao vinagrete	1 Eggplant, cooked, no fat or salt added
6705401	Berinjela	13 Ensopado	1 Eggplant, cooked, fat used, no salt added
6705401	Berinjela	99 Não se aplica	1 Eggplant, cooked, no fat or salt added
6705501	Ervilha em vagem	2 Cozido(a)	1 Snow peas or edible pea pods, cooked from fresh, no fat or salt added
6705501	Ervilha em vagem	7 Refogado(a)	1 Snow peas or edible pea pods, cooked from fresh, no fat or salt added
6705701	Cebola	1 Cru(a)	1 Onion, white, yellow or red, raw
6705701	Cebola	2 Cozido(a)	1 Onion, white, yellow or red, cooked, no fat or salt added
6705701	Cebola	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Onion, white, yellow or red, cooked, no fat or salt added
6705701	Cebola	4 Assado(a)	1 Onion, white, yellow or red, cooked, no fat or salt added
6705701	Cebola	5 Frito(a)	1 Onion, white, yellow or red, fried or sauteed, no salt added
6705701	Cebola	7 Refogado(a)	1 Onion, white, yellow or red, boiled, fat used, no salt added
6705701	Cebola	8 Molho vermelho	1 Onion, white, yellow or red, cooked, no fat or salt added (80 g) + sauce, tomato, regular (20 g)
6705701	Cebola	11 Com manteiga/óleo	1 Onion, white, yellow or red, stir fried, butter, regular, no salt added
6705701	Cebola	12 Ao vinagrete	1 Onion, white, yellow or red, raw
6705701	Cebola	99 Não se aplica	1 Onion, white, yellow or red, raw
6705801	Catalonha	7 Refogado(a)	1 Chard, cooked, fat used, no salt added
6706101	Jardineira (seleta)	99 Não se aplica	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and carrots, canned-drained, regular
6706102	Seleta (jardineira)	99 Não se aplica	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and carrots, canned-drained, regular
6706201	Alho	99 Não se aplica	1 Garlic, fresh
6706301	Alho-poró	99 Não se aplica	1 Leeks, cooked, boiled, fat used
6707301	Broto de alfafa	99 Não se aplica	1 Sprouts, alfalfa
6707801	Alface orgânica	99 Não se aplica	1 Lettuce, green leaf
6707901	Tomate orgânico	99 Não se aplica	1 Tomato, raw

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6708001	Pimentão orgânico	99 Não se aplica	1 Green pepper - sweet, raw
6709701	Orégano	99 Não se aplica	1 Oregano, dried
Frutas			
6801017	Pacová	99 Não se aplica	2 Banana, pacova, crua
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	1 Cru(a)	1 Banana, fresh or ripe
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	2 Cozido(a)	1 Banana, fresh or ripe
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	4 Assado(a)	1 Banana, fresh or ripe
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	5 Frito(a)	1 Banana, fried
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Banana, fried
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	11 Com manteiga/óleo	1 Banana, fried, butter, regular, salted
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	13 Encopado	1 Banana, fresh or ripe
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	14 Mingau	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite (50 g) + Banana, fresh or ripe (50 g)
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	15 Sopa	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite (50 g) + Banana, fresh or ripe (50 g)
6801101	Banana (ouro, prata, d'água, da terra, etc.)	99 Não se aplica	1 Banana, fresh or ripe
6801801	Laranja (pera, seleta, lima, da terra, etc.)	99 Não se aplica	1 Orange, fresh
6801901	Lima	99 Não se aplica	1 Orange, fresh
6802001	Limão (comum, galego, etc.)	99 Não se aplica	1 Lime, fresh
6802201	Tangerina	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802202	Mexerica	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802217	Bergamota	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802218	Mímosa	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802223	Tanja	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802227	Maricota	99 Não se aplica	1 Tangerine, fresh
6802407	Laranjinha japonesa	99 Não se aplica	1 Orange, fresh
6802501	Cana-de-açúcar	99 Não se aplica	1 Guarapo (sugar cane beverage)
6802601	Abacaxi	99 Não se aplica	1 Pineapple, fresh
6802602	Ananás	99 Não se aplica	1 Pineapple, fresh
6802701	Abacate	99 Não se aplica	1 Avocado, green skin - Florida type
6802801	Caqui	99 Não se aplica	1 Persimmon - fresh
6802901	Figo	99 Não se aplica	1 Figs, fresh
6803001	Maçã	99 Não se aplica	1 Apple, fresh, with skin
6803101	Mamão	99 Não se aplica	1 Papaya, fresh
6803108	Papaita	99 Não se aplica	1 Papaya, fresh

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6803201	Manga	99 Não se aplica	1 Mango, fresh
6803215	Manguito	99 Não se aplica	1 Mango, fresh
6803301	Maracujá	99 Não se aplica	1 Passion fruit (maracuya) - fresh
6803401	Melancia	99 Não se aplica	1 Melon, watermelon, fresh
6803501	Melão	99 Não se aplica	1 Melon, casaba
6803601	pera	99 Não se aplica	1 Pear, fresh
6803701	Pêssego	99 Não se aplica	1 Peach, fresh
6803801	Fruta-de-conde	99 Não se aplica	1 Fruit, cherimoya (anona, chirimoya or cherimolla) - fresh
6803802	Pinha (fruta-de-conde)	99 Não se aplica	1 Fruit, cherimoya (anona, chirimoya or cherimolla) - fresh
6803803	Ata	99 Não se aplica	1 Fruit, cherimoya (anona, chirimoya or cherimolla) - fresh
6803901	Uva	99 Não se aplica	1 Grapes, fresh
6803912	Uva passa	99 Não se aplica	1 Raisins, uncooked
6804001	Jenipapo	99 Não se aplica	3 Jenipapo
6804101	Jaca	99 Não se aplica	1 Jackfruit, fresh
6804201	Goiaba	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), fresh common
6804203	Araçá-çu (goiaba)	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), fresh common
6804301	Armeixa	99 Não se aplica	1 Plum, fresh
6804401	Caju	99 Não se aplica	2 Caju, cru
6804501	Cereja	99 Não se aplica	1 Cherries, fresh, sweet
6804601	Cajá-manga	99 Não se aplica	2 Cajá-Manga, cru
6804602	Cajarana	99 Não se aplica	3 Cajarana
6804701	Taperebá	99 Não se aplica	3 Taperebá
6804702	Acaja (taberebá)	99 Não se aplica	2 Cajá-Manga, cru
6804801	Carambola	99 Não se aplica	1 Starfruit, fresh
6804901	Jabuticaba	99 Não se aplica	1 Elderberries, fresh
6805001	Graviola	99 Não se aplica	2 Graviola, crua
6805201	Morango	99 Não se aplica	1 Strawberries, fresh
6805301	Jambo	99 Não se aplica	2 Jambo, cru
6805401	Atemoia	99 Não se aplica	1 Fruit, cherimoya (anona, chirimoya or cherimolla) - fresh
6805601	Mangaba	99 Não se aplica	3 Mangaba
6805701	Araçá	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), fresh common
6805801	Náspera	99 Não se aplica	1 Loquat (nispero) - fresh
6805901	Fruta-pão	99 Não se aplica	1 Breadfruit (panapen) - fresh
6806001	Sapoti	99 Não se aplica	3 Sapoti

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6806101	Uxi	99 Não se aplica	3 Uxi
6806201	Tamarindo	99 Não se aplica	1 Tamarind, fresh
6806301	Cacau	99 Não se aplica	2 Cacau, cru
6806401	Pitomba	99 Não se aplica	1 Lychees, fresh
6806501	Bacuri	99 Não se aplica	3 Bacuri
6806601	Ingá	99 Não se aplica	3 Ingá
6806701	Pequi	99 Não se aplica	5 Pequi refogado
6806801	Pitanga	99 Não se aplica	2 Pitanga, crua
6806901	Ciriguela	99 Não se aplica	2 Ciriguela, crua
6807001	Murici	99 Não se aplica	3 Murici
6807101	Umbu	99 Não se aplica	2 Umbu, cru
6807103	Imbu	99 Não se aplica	2 Umbu, cru
6807202	Biribá	99 Não se aplica	1 Fruit, cherimoya (anona, chirimoya or cherimolla) - fresh
6807301	Cupuaçu	99 Não se aplica	2 Cupuaçu, cru
6807401	Nectarina	99 Não se aplica	1 Nectarine, fresh
6807501	Mari	99 Não se aplica	9 Mari
6807601	Romã	99 Não se aplica	2 Romã, crua
6807701	Acerola	99 Não se aplica	1 Acerola - fresh
6807801	Kiwi	99 Não se aplica	1 Kiwi fruit
6808001	Abiu	99 Não se aplica	2 Abiu, cru
6808201	Jurubeba	99 Não se aplica	2 Jurubeba, crua
6808401	Fruta (não especificada)	99 Não se aplica	1 Banana, fresh or ripe
6808601	Maçã orgânica	99 Não se aplica	1 Apple, fresh, with skin
6808901	Acerola orgânica	99 Não se aplica	1 Acerola - fresh
6809901	Amora	99 Não se aplica	1 Berries, Mulberries
6810201	Jameirão (jamburão)	99 Não se aplica	1 Elderberries, fresh
Açúcares e produtos de confeitaria			
6900302	Demerara	99 Não se aplica	1 Sugar, white granulated
6900304	Açúcar mascavo	99 Não se aplica	1 Brown sugar
6900401	Rapadura	99 Não se aplica	2 Melado
6900402	Alfênim de cana	99 Não se aplica	2 Melado
6900403	Batida (rapadura)	99 Não se aplica	1 Sugar, raw
6900501	Sorvete de qualquer sabor industrializado	99 Não se aplica	1 Ice cream and frozen desserts, regular (11% fat), neapolitan (chocolate, strawberry and vanilla)
6900502	Picolé de qualquer sabor industrializado	99 Não se aplica	1 Popsicle, regular

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6900601	Chiclete	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, gum drops
6900603	Bala	99 Não se aplica	1 Hard candy, natural sweeteners/sugar
6900604	Caramelo (bala)	99 Não se aplica	1 Caramel, candy, plain, commercial
6900605	Drops	99 Não se aplica	1 Hard candy, natural sweeteners/sugar
6900606	Pastilha	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, gum drops
6900607	Pirulito	99 Não se aplica	1 Lollipop
6900609	Goma de mascar	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, gum drops
6900610	Jujuba	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, Jelly beans, regular
6900701	Tablete de chocolate	99 Não se aplica	1 Candy, chocolate candy bar, milk, plain
6900702	Barra de chocolate	99 Não se aplica	1 Candy, chocolate candy bar, milk, plain
6900706	Confete	99 Não se aplica	1 Candy, M&M's plain chocolate candies
6900801	Chocolate em pó de qualquer marca	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, dry mix, unprepared, regular
6900818	Ovomaltine	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, Ovaltine Hot Cocoa - dry mix
6900821	Achocolatado em pó	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, Nestle Nesquik - dry mix, chocolate flavors
6900822	Toddynho	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
6900901	Bombom de qualquer marca	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, fondant
6900904	Trufa	99 Não se aplica	1 Candy, chocolate pieces, truffles, fat regular
6901001	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, regular
6901002	Mousse de qualquer sabor (Geleia)	99 Não se aplica	1 Mousse, dessert type, chocolate
6901101	Geleia de moco	99 Não se aplica	1 Receita de Geleia de moco
6901201	Doce de frutas em pasta de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), paste
6901203	Pasta de amendoim	99 Não se aplica	1 Peanut butter, regular, with salt
6901204	Pessegada	99 Não se aplica	1 Peach, canned, syrup pack, unknown if extra light, light, or heavy, drained
6901206	Marmelada	99 Não se aplica	1 Marmalade, regular
6901209	Figada	99 Não se aplica	1 Figs, canned, syrup pack, unknown if light or heavy
6901211	Goiabada	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), paste
6901214	Caju em pasta	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), paste
6901224	Mariola	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), paste
6901301	Doce de frutas em calda de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Peach, canned, syrup pack, unknown if extra light, light, or heavy, drained
6901401	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Guava (guayaba), paste
6901501	Melado	99 Não se aplica	2 Melado
6901602	Mel	99 Não se aplica	1 Honey
6901701	Gelatina de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Jelly, regular
6901801	Adoçante artificial	99 Não se aplica	1 Artificial sweeteners, unknown type, liquid

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6902004 Merengue	99 Não se aplica	1 Meringue, shell
6902301 <i>Schmier</i> de cana	99 Não se aplica	2 Melado
6902401 Fruta seca ou desidratada	99 Não se aplica	1 Plum, dried, uncooked
6902402 Passa	99 Não se aplica	1 Raisins, uncooked
6902601 Pudim de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, whole (3.5 - 4% fat)
6902607 Danette pudim	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, whole (3.5 - 4% fat)
6902701 Manjar	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispantic, flan de coco
6902901 Cuscuz	99 Não se aplica	1 Couscous, cooked, no fat or salt added
6902902 Cuscuz de tapioca	99 Não se aplica	1 Tapioca pudding, vanilla and other flavors, homemade
6903001 <i>Mãria-mole</i>	99 Não se aplica	1 Receita de <i>Mãria-mole</i> digitada no NDSR
6903101 <i>Cocada</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, coconut candy
6903102 <i>Quebrã-queixo</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, coconut candy
6903201 Doce de amendoim	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, peanut brittle
6903202 Pé de moleque	99 Não se aplica	1 Peanut, coated, with candy
6903203 Paçoca	99 Não se aplica	1 Receita de Paçoca digitada no NDSR
6903204 Torrao de amendoim	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, nougat, with nuts
6903205 Paçoquinha de amendoim	99 Não se aplica	1 Receita de Paçoquinha digitada no NDSR
6903207 Amendoim caramelizado	99 Não se aplica	1 Peanut, coated, with candy
6903208 Amendoim amanteigado	99 Não se aplica	1 Peanuts, raw (dried)
6903209 Amendoim achocolatado	99 Não se aplica	1 Peanut, coated, with chocolate
6903303 Amendoim apimentado	99 Não se aplica	1 Peanuts, raw (dried)
6903304 Amendoim cozido	99 Não se aplica	1 Peanut, boiled (with salt)
6903601 Brigadeiro	99 Não se aplica	1 Receita de Brigadeiro digitada no NDSR
6903701 Bomba de qualquer tipo	99 Não se aplica	1 Eclair, homemade, sweetened whipped cream filling, without icing
6903801 Mil folhas	99 Não se aplica	1 Napoleon, sweetened ehipped cream filling, with sugar icing
6903901 Queijadinha	99 Não se aplica	1 Receita de Queijadinha digitada no NDSR
6904101 Doce à base de ovos	99 Não se aplica	1 Egg, egg custard, baked, regular
6904104 Caçorlia italiana	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Hispantic, flan de coco
6904105 Quindim	99 Não se aplica	1 Egg, egg custard, baked, regular
6904108 Fios de ovos	99 Não se aplica	1 Egg, egg custard, baked, regular
6904201 Doce à base de leite	99 Não se aplica	1 Milk, condensed (sweetened), regular, regular
6904202 Pavê de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, Tiramisu
6904203 Ambrosia	99 Não se aplica	1 Receita de Ambrosia digitada no NDS - fonte "Culinária Goiana"
6904204 Leite geleificado	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, whole (3.5 - 4% fat)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6904205	Chandele de qualquer sabor	1 Desserts, miscellaneous, flan, whole (3.5 - 4% fat)
6904302	Mumu	1 Milk, condensed (sweetened), regular, regular
6904401	Canudinho recheado	1 Receita de Canudinho digitada no NDSR
6904501	Sarolho	6 Tapioca com coco
6904502	Beiju	6 Tapioca com coco
6904601	<i>Schmier</i> de fruta (exceto de cana)	1 Jams and preserves, regular
6904701	Beijo de moça	1 Candy, other confections, coconut candy
6904801	Picolé ensacado	1 Popsicle, regular
6904807	Geladinho	1 Sorbet, fruit
6905001	Churro	1 Desserts, miscellaneous, churros
6905101	Pamonha	2 Pamonha, barra para cozimento, pré-cozida
6905401	Algodão-doce	1 Sugar, white granulated
6905603	<i>le-ló crem</i> (chocolate em creme)	1 Chocolate, sauce, fudge-type, regular
6905801	Ovo de páscoa	1 Candy, chocolate candy bar, milk, plain
6905804	Kindler ovo	1 Candy, chocolate candy bar, milk, plain
6905901	Torrone	1 Candy, other confections, nougat, with nuts
6906001	Arroz-doce	1 Puddin, rice (arroz com leite), plain, without egg
6906404	Polpa de coco	1 Coconut, fresh
6906501	<i>Diet shake</i>	1 Special formulated products, meal replacement, dry powders, low calorie
6906502	Concentrado alimentar <i>diet shake</i>	1 Special formulated products, meal replacement, dry powders, low calorie
6906602	Açúcar	1 Sugar, white granulated
6907001	Açúcar <i>light</i>	7 Açúcar Refinado Light UNIÃO
6907201	Barra de cereais	1 Granola Bars, cereal bar, regular
6907202	Barra de cereais salgada	1 Granola Bars, cereal bar, regular
6907203	Barra de cereais doce	1 Granola Bars, cereal bar, regular
6907301	Sobremesa de qualquer tipo (exceto infantil)	1 Desserts, miscellaneous, flan, whole (3.5 - 4% fat)
6907401	Rabanada	4 Rabanada
6907501	<i>Milk shake</i>	1 Shake, from hardened ice cream, chocolate or coffee flavors
6907901	<i>Geleia diet</i>	1 Jams and preserves, sugar free (with artificial sweetener)
6908001	Doce de frutas <i>diet</i>	1 Jams and preserves, sugar free (with artificial sweetener)
6908401	Pastéis de santa clara	1 Egg, egg custard, baked, regular
6908501	Suspiro	1 Meringue, shell
6909301	Doce de frutas cristalizado de qualquer sabor <i>diet</i>	1 Jams and preserves, sugar free (with artificial sweetener)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
6909701	Sorvete de qualquer sabor industrializado <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Ice cream and frozen desserts, no sugar added, regular (13% fat) with sucralose, vanilla and other flavors (included chocolate chip)
6909803	Bala <i>light</i>	99 Não se aplica	7 Drops HALLS Light Extra Forte
6909901	Chiclete <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Trident Mini Pastilhas Menta
6909903	Bala <i>diet</i>	99 Não se aplica	7 Drops HALLS Light Extra Forte
6910002	Barra de chocolate <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, dietetic, milk chocolate bar
6910102	Barra de chocolate <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, dietetic, milk chocolate bar
6910221	Achocolatado em pó <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, dry mix - unprepared, fat free, unknown type
6910321	Achocolatado em pó <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, dry mix - unprepared, sugar free, unknown type
6910322	Toddynho <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, mixtures and milk drinks, sugar free
6910401	Bombom de qualquer marca <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, fondant
6910501	Bombom de qualquer marca <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, fondant
6910502	Bombom caramelizado de qualquer marca <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, fondant
6910601	Geleia de frutas de qualquer marca ou sabor <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, reduced sugar
6910604	Geleia <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, reduced sugar
6910605	Geleia de frutas <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, reduced sugar
6910701	Doce de frutas em barra ou pasta <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, reduced sugar
6910702	Doce de frutas em pasta <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jams and preserves, reduced sugar
6910801	Pudim de qualquer sabor <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, 1% fat or lowfat
6910808	Pudim danette <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, 1% fat or lowfat
6910901	Pudim de qualquer sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Desserts, miscellaneous, flan, 1% fat or lowfat
6911201	Doce de leite <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Milk, condensed, regular, reduced fat
6911301	Doce de leite <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, condensed, regular, reduced fat
6912501	Barra de cereais <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Granola Bars, cereal bar, low fat
6912502	Barra de cereais doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Granola Bars, cereal bar, low fat
6912801	Milk shake <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Special formulated products, meal replacement, dry powders, low calorie
6913001	Cocada <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, coconut candy
6913101	Doce de amendoim <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Peanuts, roasted, oil roasted, unsalted
6913103	Paçoca <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Peanuts, roasted, oil roasted, unsalted
6913108	Amendoim amanteigado <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Candy, other confections, dietetic, peanut brittle
6913801	Doce à base de leite <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, condensed, regular, reduced fat
6913901	Gelatina de qualquer sabor <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Jelly, reduced sugar
6914001	Adoçante <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Artificial sweeteners, unknown type, powdered
6914002	Adoçante em pó <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Artificial sweeteners, unknown type, powdered
6914003	Adoçante líquido <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Artificial sweeteners, unknown type, liquid

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
Sais e condimentos			
7001501	Mostarda molho	99 Não se aplica	1 Mustard, regular, regular
7002304	Hortelã	99 Não se aplica	1 Tea, spearmint
7002401	Alcaparra em conserva	99 Não se aplica	1 Capers
7002601	Coentro	99 Não se aplica	1 Coriander leaf, leaf (dried)
7003601	Molho de soja	99 Não se aplica	1 Soy sauce, regular
7003604	Shoyu	99 Não se aplica	1 Soy sauce, regular
7003801	Leite de coco	99 Não se aplica	1 Coconut, milk (liquid from grated meat - water added)
7004301	Maionesa (molho)	99 Não se aplica	1 Mayo type dressing, mayo type salad dressing, regular
7004701	Massa de tomate	99 Não se aplica	1 Tomato, puree, with salt
7004801	Molho de tomate	99 Não se aplica	1 Sauce, tomato, regular
7004802	Ketchup	99 Não se aplica	1 Ketchup
7004803	Catchup	99 Não se aplica	1 Ketchup
7006101	Pimenta em pó	99 Não se aplica	1 Pepper (ground), black
7007101	Tucupi em caldo sem pimenta	99 Não se aplica	1 Bouillon (broth), vegetable, regular
7007502	Creme de queijo	99 Não se aplica	1 Cheese, sauce, homemade
7007701	Caldo de peixe	99 Não se aplica	1 Soup, fish, broth
7007901	Caldo de tomate	99 Não se aplica	1 Tomato, soup, plain or cream of tomato
7009102	Gergelim	99 Não se aplica	1 Sesame seeds, kernels (hulled), dried
7010301	Tomate seco	99 Não se aplica	1 Tomato, sun-dried, oil pack - drained
7010401	Maionesa (molho) <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Mayo type dressing, mayo type salad dressing, low fat
7010501	Molho de soja <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soy, sauce, low sodium
7010601	Leite de coco <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Coconut, milk (liquid from grated meat - water added)
7079202	Vinagrete	99 Não se aplica	1 Receita de Vinagrete digitada no NDSR
Carnes e vísceras			
7100101	Filé-mignon	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7100101	Filé-mignon	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7100101	Filé-mignon	4 Assado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7100101	Filé-mignon	5 Frito(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7100101	Filé-mignon	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, fat used, no salt added
7100101	Filé-mignon	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7100101	Filé-mignon	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100101	Filé-mignon	9 Molho branco	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7100101	Filé-mignon	11 Com manteiga/óleo	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, no salted added
7100101	Filé-mignon	99 Não se aplica	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7100201	Contrafilé	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100201	Contrafilé	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100201	Contrafilé	4 Assado(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100201	Contrafilé	5 Frito(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7100201	Contrafilé	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7100201	Contrafilé	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7100201	Contrafilé	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100205	Bisteca bovina	1 Cru(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7100205	Bisteca bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7100205	Bisteca bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7100205	Bisteca bovina	4 Assado(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7100205	Bisteca bovina	5 Frito(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, fried, no salt added
7100205	Bisteca bovina	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Beef, ribs, plate, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7100205	Bisteca bovina	7 Refogado(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, stir fried, fat used, no salt added
7100205	Bisteca bovina	8 Molho vermelho	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100301	Alcatra	1 Cru(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100301	Alcatra	2 Cozido(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100301	Alcatra	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100301	Alcatra	4 Assado(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100301	Alcatra	5 Frito(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100301	Alcatra	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100301	Alcatra	7 Refogado(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100301	Alcatra	8 Molho vermelho	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100301	Alcatra	12 Ao vinagrete	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100301	Alcatra	13 Ensopado	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100303	Maminha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, round, bottom, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100303	Maminha	4 Assado(a)	1 Steak - beef, round, bottom, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100303	Maminha	5 Frito(a)	1 Steak - beef, round, bottom, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100303	Maminha	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, round, bottom, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100304	Picanha	2 Cozido(a)	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7100304	Picanha	3	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100304	Picanha	4	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100304	Picanha	5	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100304	Picanha	13	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7100501	Patinho	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100501	Patinho	3	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100501	Patinho	4	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100501	Patinho	5	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100501	Patinho	6	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100501	Patinho	8	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100501	Patinho	13	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	3	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	4	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	5	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	6	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100502	Cabeça de lombo (carne bovina)	7	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100604	Posta branca	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100604	Posta branca	5	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100604	Posta branca	8	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100606	Tatu (lagarto redondo)	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100606	Tatu (lagarto redondo)	4	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100606	Tatu (lagarto redondo)	7	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100606	Tatu (lagarto redondo)	99	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100607	Paulista	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100607	Paulista	4	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	4	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	5	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100608	Lombo paulista (carne bovina)	13	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7100702	Posta vermelha	2	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100801	Acém	2	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100801	Acém	4	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7100801	Acém	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7100801	Acém	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7100801	Acém	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7100801	Acém	13 Ensopado	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7100803	Agluha (acém)	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100803	Agluha (acém)	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100803	Agluha (acém)	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7100905	Paleta	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100905	Paleta	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7100905	Paleta	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7100905	Paleta	13 Ensopado	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7100908	Pá com osso	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100908	Pá com osso	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7100908	Pá com osso	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101001	Músculo bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7101001	Músculo bovino	4 Assado(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7101001	Músculo bovino	8 Molho vermelho	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7101001	Músculo bovino	13 Ensopado	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, stir fried, fat used, no salt added
7101001	Músculo bovino	15 Sopa	1 Soup, beef, with potato
7101006	Chambaril	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101006	Chambaril	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101006	Chambaril	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7101009	Carne marica bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7101009	Carne marica bovina	5 Frito(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, fried, no salt added
7101009	Carne marica bovina	7 Refogado(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, stir fried, no salt added
7101011	Vazio (carne bovina)	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101011	Vazio (carne bovina)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101011	Vazio (carne bovina)	5 Frito(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101101	Peito bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, brisket, fresh, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101101	Peito bovino	5 Frito(a)	1 Beef, brisket, fresh, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101202	Fraldinha (capa de filé)	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, flank, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt used
7101202	Fraldinha (capa de filé)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, flank, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt used

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7101202	Fraldinha (capa de filé)	5 Frito(a)	1 Steak - beef, flank, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt used
7101203	Aba de filé	1 Cru(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101203	Aba de filé	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101203	Aba de filé	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101301	Costela bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101301	Costela bovina	4 Assado(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101301	Costela bovina	7 Refogado(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stir fried, no salt added
7101301	Costela bovina	13 Ensopado	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	2 Cozido(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	4 Assado(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101704	Jacaré (carne bovina de segunda c/ osso)	5 Frito(a)	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101706	Filé de segunda	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101706	Filé de segunda	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7101706	Filé de segunda	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101706	Filé de segunda	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7101706	Filé de segunda	10 Ao alho e óleo	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7101801	Viscera bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7101801	Viscera bovina	5 Frito(a)	1 Beef, liver, fried, fat used, no salt added
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	2 Cozido(a)	1 Organ meats, Hispanic, Gandinga, stewed variety meats
7101806	Panelada (visceras bovinas não especificadas)	13 Ensopado	1 Organ meats, Hispanic, Gandinga, stewed variety meats
7101901	Coração bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, organ meats, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7101901	Coração bovino	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, organ meats, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7101901	Coração bovino	4 Assado(a)	1 Beef, organ meats, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7101901	Coração bovino	5 Frito(a)	1 Beef, organ meats, heart, fried, no salt added
7102001	Rim de boi	2 Cozido(a)	1 Beef, organ meats, kidney, stewed or boiled, no fat or salt added
7102102	Bofe bovino	4 Assado(a)	1 Beef, organ meats, kidney, stewed or boiled, no fat or salt added
7102102	Bofe bovino	5 Frito(a)	1 Beef, organ meats, kidney, fried, no salt added
7102102	Bofe bovino	7 Refogado(a)	1 Beef, organ meats, kidney, stir fried, no salt added
7102201	Miolo de boi	2 Cozido(a)	1 Brains, beef, stewed or boiled, no fat or salt added
7102401	Tripa bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102401	Tripa bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102401	Tripa bovina	4 Assado(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102401	Tripa bovina	5 Frito(a)	1 Beef, tripe or stomach, fried, fat used, no salt added
7102402	Dobradinha fresca	2 Cozido(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7102402 Dobradinha fresca	4 Assado(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102402 Dobradinha fresca	8 Molho vermelho	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7102402 Dobradinha fresca	13 Ensopado	1 Beef, tripe or stomach, stir fried, fat used, no salt added
7102402 Dobradinha fresca	99 Não se aplica	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102403 Fato bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102403 Fato bovino	5 Frito(a)	1 Beef, tripe or stomach, fried, fat used, no salt added
7102404 Fato caprino	2 Cozido(a)	1 Beef, tripe or stomach, stewed or boiled, no fat or salt added
7102501 Fígado bovino	1 Cru(a)	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7102501 Fígado bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7102501 Fígado bovino	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7102501 Fígado bovino	4 Assado(a)	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7102501 Fígado bovino	5 Frito(a)	1 Beef, liver, fried, fat used, no salt added
7102501 Fígado bovino	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Beef, liver, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7102501 Fígado bovino	7 Refogado(a)	1 Beef, liver, stir fried, fat used, no salt added
7102501 Fígado bovino	8 Molho vermelho	1 Beef, liver, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7102501 Fígado bovino	10 Ao alho e óleo	1 Beef, liver, fried, fat used, no salt added
7102501 Fígado bovino	13 Ensopado	1 Beef, liver, stir fried, fat used, no salt added
7102601 Cupim	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	2 Carne, bovina, cupim, assado
7102601 Cupim	4 Assado(a)	2 Carne, bovina, cupim, assado
7102601 Cupim	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, cupim, assado (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
7102701 Língua bovina	2 Cozido(a)	1 Beef, tongue, stewed or boiled, no fat or salt added
7102701 Língua bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Beef, tongue, stewed or boiled, no fat or salt added
7102701 Língua bovina	4 Assado(a)	1 Beef, tongue, stewed or boiled, no fat or salt added
7102701 Língua bovina	5 Frito(a)	1 Beef, tongue, fried, fat used, no salt added
7102701 Língua bovina	8 Molho vermelho	1 Beef, tongue, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7102701 Língua bovina	13 Ensopado	1 Beef, tongue, stir fried, fat used, no salt added
7102801 Rabada de boi	99 Não se aplica	1 Beef, oxtail, visible fat eaten, stewed or boiled, salt regular
7103101 Mocotó bovino	2 Cozido(a)	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7103101 Mocotó bovino	13 Ensopado	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7103101 Mocotó bovino	15 Sopa	1 Soup, beef, with potato
7103101 Mocotó bovino	99 Não se aplica	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7103104 Braço bovino	5 Frito(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, fried, no salt added
7103105 Mão bovina	2 Cozido(a)	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7103301 Carré	2 Cozido(a)	1 Pork, ribs, fresh, loin, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7103301	Carré	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7103301	Carré	4	Assado(a)
7103301	Carré	5	Frito(a)
7103305	Bisteca suína	2	Cozido(a)
7103305	Bisteca suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7103305	Bisteca suína	4	Assado(a)
7103305	Bisteca suína	5	Frito(a)
7103305	Bisteca suína	6	Empanado(a)/à milanesa
7103305	Bisteca suína	7	Refogado(a)
7103305	Bisteca suína	99	Não se aplica
7103401	Pernil suíno	2	Cozido(a)
7103401	Pernil suíno	4	Assado(a)
7103401	Pernil suíno	5	Frito(a)
7103401	Pernil suíno	7	Refogado(a)
7103403	Quarto suíno	2	Cozido(a)
7103501	Costela suína	1	Cru(a)
7103501	Costela suína	2	Cozido(a)
7103501	Costela suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7103501	Costela suína	4	Assado(a)
7103501	Costela suína	5	Frito(a)
7103501	Costela suína	7	Refogado(a)
7103501	Costela suína	8	Molho vermelho
7103501	Costela suína	13	Ensopado
7103501	Costela suína	99	Não se aplica
7103701	Lombo suíno	2	Cozido(a)
7103701	Lombo suíno	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7103701	Lombo suíno	4	Assado(a)
7103701	Lombo suíno	5	Frito(a)
7103801	Toucinho	99	Não se aplica
7103903	Miúdo suíno	2	Cozido(a)
7103906	Arrasto suíno	99	Não se aplica
7103907	Sarapatel suíno fresco	99	Não se aplica
7104101	Carne suína	1	Cru(a)
7104101	Carne suína	2	Cozido(a)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7104101	Carne suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7104101	Carne suína	4	Assado(a)
7104101	Carne suína	5	Frito(a)
7104101	Carne suína	6	Empanado(a)/à milanesa
7104101	Carne suína	7	Refogado(a)
7104101	Carne suína	8	Molho vermelho
7104101	Carne suína	10	Ao alho e óleo
7104101	Carne suína	13	Ensopado
7104101	Carne suína	99	Não se aplica
7104301	Carne moída	1	Cru(a)
7104301	Carne moída	2	Cozido(a)
7104301	Carne moída	4	Assado(a)
7104301	Carne moída	5	Frito(a)
7104301	Carne moída	6	Empanado(a)/à milanesa
7104301	Carne moída	7	Refogado(a)
7104301	Carne moída	8	Molho vermelho
7104301	Carne moída	9	Molho branco
7104301	Carne moída	10	Ao alho e óleo
7104301	Carne moída	13	Ensopado
7104301	Carne moída	15	Sopa
7104301	Carne moída	99	Não se aplica
7104302	Guisado	99	Não se aplica
7104501	Tripa suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7104501	Tripa suína	5	Frito(a)
7104601	Figado suíno	2	Cozido(a)
7104601	Figado suíno	4	Assado(a)
7104601	Figado suíno	5	Frito(a)
7104701	Língua suína	2	Cozido(a)
7104701	Língua suína	3	Grelhado(a)/brasa/churrasco
7104701	Língua suína	4	Assado(a)
7104701	Língua suína	5	Frito(a)
7104701	Língua suína	7	Refogado(a)
7105001	Orelha suína fresca	2	Cozido(a)

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7105103	Sarrabulho	99 Não se aplica	1 Organ meats, Hispanic, Gandinga, stewed variety meats
7105203	Mocotó suíno	2 Cozido(a)	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7105401	Carne de cabrito	2 Cozido(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105401	Carne de cabrito	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105401	Carne de cabrito	4 Assado(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105402	Carne de bode	2 Cozido(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105402	Carne de bode	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105402	Carne de bode	4 Assado(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105402	Carne de bode	5 Frito(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105403	Carne caprina	2 Cozido(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105403	Carne caprina	4 Assado(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105403	Carne caprina	5 Frito(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105403	Carne caprina	13 Ensopado	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, stir fried, no salt added
7105405	Carne de caprino	1 Cru(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105405	Carne de caprino	2 Cozido(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105405	Carne de caprino	5 Frito(a)	1 Goat, meat, after cooking, stewed or boiled, no fat or salt added
7105601	Carne de carneiro	2 Cozido(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105601	Carne de carneiro	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105601	Carne de carneiro	4 Assado(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105601	Carne de carneiro	5 Frito(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105601	Carne de carneiro	13 Ensopado	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7105602	Carne de ovelha	2 Cozido(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105602	Carne de ovelha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105602	Carne de ovelha	4 Assado(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105602	Carne de ovelha	5 Frito(a)	1 Lamb, roast, loin, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7105801	Mocotó de caprino	2 Cozido(a)	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7106301	Pernil	2 Cozido(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106301	Pernil	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106301	Pernil	4 Assado(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106301	Pernil	5 Frito(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106401	Lagarto bovino	2 Cozido(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106401	Lagarto bovino	4 Assado(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106401	Lagarto bovino	5 Frito(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7106401	Lagarto bovino	7 Refogado(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7106401	Lagarto bovino	8 Molho vermelho	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomate, regular (20 g)
7106501	Alcatra suína	2 Cozido(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106501	Alcatra suína	4 Assado(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7106501	Alcatra suína	5 Frito(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7107102	Brachola	99 Não se aplica	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107103	Bife role cru	99 Não se aplica	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107204	Buchada de bode	99 Não se aplica	2 Dobradinha
7107501	Suã suína	2 Cozido(a)	1 Pork, ribs, fresh, back, stewed or boiled, no fat or salt added
7107501	Suã suína	5 Frito(a)	1 Pork, ribs, fresh, back, fried, fat used, no salt added
7107601	Carne de outros animais	1 Cru(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107601	Carne de outros animais	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107601	Carne de outros animais	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107601	Carne de outros animais	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107601	Carne de outros animais	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7107601	Carne de outros animais	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7107601	Carne de outros animais	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomate, regular (20 g)
7107601	Carne de outros animais	13 Ensopado	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7107601	Carne de outros animais	99 Não se aplica	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107603	Carne da paca	2 Cozido(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107603	Carne da paca	4 Assado(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107603	Carne da paca	5 Frito(a)	1 Game, beaver, fried, no salt added
7107611	Carne de Jacaré	2 Cozido(a)	1 Alligator, stewed or boiled, no salt added
7107611	Carne de Jacaré	5 Frito(a)	1 Alligator, fried, no salt added
7107615	Carne de capivara	2 Cozido(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107615	Carne de capivara	4 Assado(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107615	Carne de capivara	5 Frito(a)	1 Game, beaver, fried, no salt added
7107617	Carne de cotia	2 Cozido(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107617	Carne de cotia	4 Assado(a)	1 Game, beaver, stewed or boiled, no salt added
7107622	Carne de jabuti	2 Cozido(a)	1 Fish and seafood, turtle, cooked from fresh or frozen, stewed and boiled, no salt used
7107801	Carne de primeira	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107801	Carne de primeira	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107801	Carne de primeira	4 Assado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107801	Carne de primeira	5 Frito(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7107801	Carne de primeira	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, fat used, no salt added
7107801	Carne de primeira	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7107801	Carne de primeira	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7107801	Carne de primeira	9 Molho branco	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7107801	Carne de primeira	11 Com manteiga/óleo	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, no salted added
7107804	Chuleta	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107804	Chuleta	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107804	Chuleta	4 Assado(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7107804	Chuleta	5 Frito(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7107805	Filé não especificado	1 Cru(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107805	Filé não especificado	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107805	Filé não especificado	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107805	Filé não especificado	4 Assado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7107805	Filé não especificado	5 Frito(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7107805	Filé não especificado	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, fat used, no salt added
7107805	Filé não especificado	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7107805	Filé não especificado	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7107805	Filé não especificado	11 Com manteiga/óleo	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, no salted added
7107805	Filé não especificado	13 Ensopado	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7107805	Filé não especificado	99 Não se aplica	1 Steak - beef, tenderloin or filet mignon, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat no salt added
7108107	Miúdo de bode	2 Cozido(a)	1 Goat, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7108301	Pé suíno fresco	2 Cozido(a)	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7108301	Pé suíno fresco	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Pigs, feet, fresh, stewed or boiled, no fat or salt added
7108301	Pé suíno fresco	5 Frito(a)	1 Pigs, feet, fresh, fried, no salt added
7109101	Carne bovina	1 Cru(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7109101	Carne bovina	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7109101	Carne bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7109101	Carne bovina	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7109101	Carne bovina	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7109101	Carne bovina	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7109101	Carne bovina	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7109101	Carne bovina	8 Molho vermelho	Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomate, regular (20 g)
7109101	Carne bovina	9 Molho branco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7109101	Carne bovina	10 Ao alho e óleo	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, no salt added
7109101	Carne bovina	11 Com manteiga/óleo	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, salted
7109101	Carne bovina	12 Ao vinagrete	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7109101	Carne bovina	13 Ensopado	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7109101	Carne bovina	15 Sopa	1 Soup, beef, with potato
7109101	Carne bovina	99 Não se aplica	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110601	Lombo não especificado	1 Cru(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110601	Lombo não especificado	2 Cozido(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110601	Lombo não especificado	4 Assado(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110601	Lombo não especificado	5 Frito(a)	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, browned or braised, fat used, no salt added
7110601	Lombo não especificado	9 Molho branco	1 Ham, fresh, whole leg (rump and shank), visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110801	Músculo não especificado	2 Cozido(a)	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7110801	Músculo não especificado	13 Ensopado	1 Beef, shank, no visible fat eaten, after cooking, stir fried, fat used, no salt added
7110902	Ossada não especificada	2 Cozido(a)	1 Veal, shank, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110902	Ossada não especificada	7 Refogado(a)	1 Veal, shank, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7110902	Ossada não especificada	15 Sopa	1 Veal, shank, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7110902	Ossada não especificada	99 Não se aplica	1 Veal, shank, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111202	Carne de segunda	1 Cru(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111202	Carne de segunda	2 Cozido(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111202	Carne de segunda	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111202	Carne de segunda	4 Assado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111202	Carne de segunda	5 Frito(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added
7111202	Carne de segunda	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7111202	Carne de segunda	7 Refogado(a)	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7111202	Carne de segunda	8 Molho vermelho	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomate, regular (20 g)
7111202	Carne de segunda	10 Ao alho e óleo	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, butter, regular, no salt added
7111202	Carne de segunda	13 Ensopado	1 Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
7111401	Contrafilé orgânico	4 Assado(a)	1 Steak - beef, rib eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111405	Bisteca orgânica	4 Assado(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, after cooking, no fat or salt added
7111405	Bisteca orgânica	5 Frito(a)	1 Beef, ribs, plate, visible fat eaten, fried, no salt added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7111702 Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	1 Cru(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111702 Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	4 Assado(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7111702 Cabeça de lombo (carne bovina) orgânica	5 Frito(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, browned or braised, fat used
7111806 Tatu (lagarto redondo) orgânico	4 Assado(a)	1 Beef, roast, round, eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
Pescados e frutos do mar		
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1 Cru(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no fat or salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, fried, fat used, no salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g)
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9 Molho branco	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7200101 Peixe de mar (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, without coating or marinade, no salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9 Molho branco	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7200401 Peixe de mar salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7260101 Camarão	1 Cru(a)	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7260101 Camarão	2 Cozido(a)	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7260101 Camarão	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no salt added
7260101 Camarão	4 Assado(a)	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7260101 Camarão	5 Frito(a)	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, fried, without coating or marinade, no salt added
7260101 Camarão	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7260101 Camarão	7 Refogado(a)	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, stir fried, without coating or marinade, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7260101	Camarão	8 Molho vermelho	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g)
7260101	Camarão	9 Molho branco	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7260101	Camarão	10 Ao alho e óleo	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, fried, without coating or marinade, no salt added
7260101	Camarão	13 Ensopado	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7260101	Camarão	99 Não se aplica	1 Shrimp, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7261101	Siri	2 Cozido(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7261101	Siri	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Crab, hardshell, Alaskan King, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7261101	Siri	7 Refogado(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stir fried, without coating or marinade
7261120	Bau (siri)	2 Cozido(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7261121	Goiá	1 Cru(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7262101	Caranguejo	2 Cozido(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7262101	Caranguejo	4 Assado(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7262101	Caranguejo	12 Ao vinagrete	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7262105	Guaiamu	2 Cozido(a)	1 Crab, hardshell, Alaskan King, stewed or boiled, no fat or salt added
7263101	Marisco	2 Cozido(a)	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7263101	Marisco	5 Frito(a)	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, fried, fat used, no salt added
7263101	Marisco	8 Molho vermelho	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7263101	Marisco	99 Não se aplica	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7264101	Ostra	2 Cozido(a)	1 Oyster, cooked from fresh or frozen, stewed or boiled, no fat or salt added
7265101	Lula	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Calamari, cooked from fresh or frozen, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7266101	Sururu	2 Cozido(a)	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7266101	Sururu	13 Ensopado	1 Mussel, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7270401	Bacalhau	2 Cozido(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added
7270401	Bacalhau	4 Assado(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7270401	Bacalhau	5 Frito(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, without coating or marinade, no salt added
7270401	Bacalhau	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7270401	Bacalhau	7 Refogado(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7270401	Bacalhau	8 Molho vermelho	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7270401	Bacalhau	13 Ensopado	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7270401	Bacalhau	99 Não se aplica	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7273101 Ovas de peixe (qualquer espécie)	4 Assado(a)	1 Fish and seafood, roe, herring, stewed or boiled, no fat or salt added
7273101 Ovas de peixe (qualquer espécie)	5 Frito(a)	1 Fish and seafood, roe, herring, fried, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1 Cru(a)	1 Fish and seafood, tilapia, cooked, no fat or salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Fish and seafood, tilapia, cooked, no fat or salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Fish and seafood, tilapia, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Fish and seafood, tilapia, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Fish and seafood, tilapia, fried, without coating or marinade, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Fish and seafood, tilapia, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	7 Refogado(a)	1 Fish and seafood, tilapia, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	1 Fish and seafood, tilapia, cooked, no fat or salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g)
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9 Molho branco	1 Fish and seafood, tilapia, cooked, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	1 Fish and seafood, tilapia, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7400101 Peixe de água doce (inteiro, em posta, em filé, etc.)	99 Não se aplica	1 Fish and seafood, tilapia, cooked, no fat or salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, without coating or marinade, no salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7400401 Peixe de água doce salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stir fried, without coating or marinade, no salt added
7444101 Tracajá	2 Cozido(a)	1 Fish and seafood, turtle, cooked from fresh or frozen, stewed and boiled, no fat or salt used
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	1 Cru(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no fat or salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, fried, fat used, no salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
7600101 Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	7 Refogado(a)	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, stir fried, without coating or marinade, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	8 Molho vermelho	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Tomato, sauce, regular (20 g)
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	9 Molho branco	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7600101	Peixe não especificado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	13 Ensopado	1 Fish and seafood, unknown type, cooked from fresh or frozen, stir-fried, without coating or marinade, no salt added
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	2 Cozido(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, stewed or boiled, no fat or salt added
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, broiled or grilled, without basting fat or marinade, no salt added
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	4 Assado(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, baked or microwaved, without coating or marinade, not basted or browned with added fat, no salt added
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	5 Frito(a)	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, without coating or marinade, no salt added
7600401	Peixe não especificado salgado (inteiro, em posta, em filé, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Bacalao, cooked from fresh or frozen, unknown type, fried, breaded or batter dipped, home prepared, pan fried, coating eaten, no salt added
Enlatados e conservas			
7700101	Azeitona	99 Não se aplica	1 Olives, green
7700201	Ervilha em conserva	99 Não se aplica	1 Green peas, canned - drained, regular
7700202	Petit-pois	99 Não se aplica	1 Green peas, canned - drained, regular
7700401	Milho verde em conserva	99 Não se aplica	1 Corn, canned, regular - drained
7700501	Palmito em conserva	99 Não se aplica	1 Vegetables, hearts of palm - canned
7700601	Cogumelo em conserva	99 Não se aplica	1 Mushrooms, canned
7700602	Champignon em conserva	99 Não se aplica	1 Mushrooms, canned
7700701	Aspargo em conserva	99 Não se aplica	1 Asparagus, canned-drained, regular
7700901	Repolho em conserva	99 Não se aplica	1 Sauerkraut, unknown preparation
7700902	Chucrute	99 Não se aplica	1 Sauerkraut, unknown preparation
7701101	Legume não especificado em conserva	99 Não se aplica	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and carrots, canned-drained, regular
7701404	Creme de cebola (sopa desidratada)	99 Não se aplica	1 Onion, soup, cream of, prepared from condensed can
7701405	Creme de legumes (sopa desidratada)	99 Não se aplica	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from dehydrated or instant mix
7701406	Yakissoba	99 Não se aplica	1 Noodles, chow mein, crisp type
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	1 Cru(a)	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and corn, boiled
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	2 Cozido(a)	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and corn, boiled
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	5 Frito(a)	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and corn, boiled
7701501	Milho verde com ervilha em conserva	99 Não se aplica	1 Vegetables, mixed and/or combination vegetables, peas and corn, boiled
7701901	Feijoada	99 Não se aplica	1 Receita de Feijoada digitada no NDSR
7702001	Feijão branco com dobradinha em conserva	99 Não se aplica	1 Receita de Feijão branco com dobradinha digitada no NDSR
7702101	Cozido	99 Não se aplica	1 Cocido Espanhol
7702302	Pasta de carne em conserva	99 Não se aplica	1 Lunchmeats and sausages, canned, sandwich spread (meat-based)

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7702402 Pasta de presunto em conserva	99 Não se aplica	1 Lunchmeats and sausages, canned, chopped and spiced ham, spread
7702502 Pasta de galinha em conserva	99 Não se aplica	1 Lunchmeats and sausages, canned, chicken spread
7702601 Carne bovina em conserva	99 Não se aplica	1 Beef, canned
7702602 Almondéga	99 Não se aplica	1 Meatballs, without sauce, beef
7702603 Kitute bovino	99 Não se aplica	1 Beef, canned
7702604 Almondéga ao molho em conserva	99 Não se aplica	1 Meatballs, with sauce, with tomato sauce
7702704 Kitute suíno	99 Não se aplica	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702705 Presuntada	99 Não se aplica	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702707 Fiambre	1 Cru(a)	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702707 Fiambre	2 Cozido(a)	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702707 Fiambre	4 Assado(a)	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702707 Fiambre	5 Frito(a)	1 Ham, cold cuts, regular, regular (approx 5% fat), regular
7702801 Salsicha em conserva	99 Não se aplica	1 Sausage, Vienna
7703002 Sardinha em conserva	99 Não se aplica	1 Sardines, canned in oil, drained
7703402 Atum em conserva	99 Não se aplica	1 Tuna, canned, oil pack, regular, drained
7703701 Pepino em conserva	99 Não se aplica	1 Cucumber, pickles, unknown type
7703902 Pasta de peixe em conserva	99 Não se aplica	1 Tuna, canned, oil pack, regular, drained
7704001 Picles	99 Não se aplica	1 Cucumber, pickles, unknown type
7705201 Nabo em conserva	99 Não se aplica	1 Turnip, pickled
7705401 Stroganoff	99 Não se aplica	1 Stroganoff, beef, without noodles
7706001 Salmão em conserva	99 Não se aplica	1 Salmon, canned-drained, with salt, no fat added
7706104 Creme de cebola (sopa desidratada) light	99 Não se aplica	1 Onion, soup, cream of, prepared from condensed can
7706105 Creme de legumes (sopa desidratada) light	99 Não se aplica	1 Soup, vegetable, plain (vegetarian), prepared from dehydrated or instant mix
7706106 Yakissoba (sopa de legumes desidratada) light	99 Não se aplica	1 Ramen noodle, lowfat
7706302 Atum em conserva light	99 Não se aplica	1 Tuna, canned, water pack, regular, drained - not rinsed
Aves e ovos		
7800103 Frango inteiro	1 Cru(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800103 Frango inteiro	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800103 Frango inteiro	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800103 Frango inteiro	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800103 Frango inteiro	5 Frito(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7800103 Frango inteiro	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800103 Frango inteiro	7 Refogado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir-fried, fat used, no salt added
7800103 Frango inteiro	8 Molho vermelho	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7800103	Frango inteiro	13 Ensopado	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	1 Cru(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	5 Frito(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	7 Refogado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	8 Molho vermelho	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	13 Ensopado	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800301	Parte de galinha ou frango não especificada	99 Não se aplica	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800302	Frango em pedaços	1 Cru(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800302	Frango em pedaços	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800302	Frango em pedaços	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800302	Frango em pedaços	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800302	Frango em pedaços	5 Frito(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7800302	Frango em pedaços	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800302	Frango em pedaços	7 Refogado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800302	Frango em pedaços	8 Molho vermelho	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800302	Frango em pedaços	9 Molho branco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800302	Frango em pedaços	10 Ao alho e óleo	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, no salt added
7800302	Frango em pedaços	11 Com manteiga/óleo	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, butter, regular, no salt added
7800302	Frango em pedaços	13 Ensopado	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800302	Frango em pedaços	15 Sopa	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7800302	Frango em pedaços	99 Não se aplica	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800303	Galinha em pedaços	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800303	Galinha em pedaços	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800303	Galinha em pedaços	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800303	Galinha em pedaços	5 Frito(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7800303	Galinha em pedaços	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800303	Galinha em pedaços	7 Refogado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800303	Galinha em pedaços	8 Molho vermelho	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7800303	Galinha em pedaços	9 Molho branco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800303	Galinha em pedaços	13 Ensopado	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800304	Carne de galinha	1 Cru(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800304	Carne de galinha	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800304	Carne de galinha	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800304	Carne de galinha	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800304	Carne de galinha	5 Frito(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7800304	Carne de galinha	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800304	Carne de galinha	7 Refogado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800304	Carne de galinha	8 Molho vermelho	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800304	Carne de galinha	9 Molho branco	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800304	Carne de galinha	13 Ensopado	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
7800304	Carne de galinha	15 Sopa	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7800304	Carne de galinha	99 Não se aplica	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	1 Cru(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, no salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800401	Peito de galinha ou frango	9 Molho branco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800401	Peito de galinha ou frango	13 Ensopado	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800401	Peito de galinha ou frango	15 Sopa	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7800401	Peito de galinha ou frango	99 Não se aplica	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800402	Filé de frango	1 Cru(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800402	Filé de frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800402	Filé de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800402	Filé de frango	4 Assado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800402	Filé de frango	5 Frito(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, no salt added
7800402	Filé de frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7800402	Filé de frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800402	Filé de frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800402	Filé de frango	9 Molho branco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800402	Filé de frango	10 Ao alho e óleo	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, no salt added
7800402	Filé de frango	13 Ensopado	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800402	Filé de frango	99 Não se aplica	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800602	Carcaca de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800602	Carcaca de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7800602	Carcaca de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, no salt added
7800602	Carcaca de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800602	Carcaca de galinha ou frango	13 Ensopado	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stir fried, fat used, no salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	1 Cru(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, fried, no salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, wing, skin eaten, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, stir fried, no salt added
7800701	Asa de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800701	Asa de galinha ou frango	13 Ensopado	1 Chicken, wing, skin eaten, stir fried, no salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, drumstick, stewed or boiled, skin eaten, no fat or salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, drumstick, stewed or boiled, skin eaten, no fat or salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, drumstick, stewed or boiled, skin eaten, no fat or salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, drumstick, skin eaten, fried, no salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, drumstick, skin eaten, stir fried, no salt added
7800702	Drumete de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, drumstick, stewed or boiled, skin eaten, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800801	Pescoço de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, neck, skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800801	Pescoço de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, neck, skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7800801	Pescoço de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, neck, skin eaten, fried, no salt added
7800801	Pescoço de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, neck, skin eaten, stir fried, no salt added
7800801	Pescoço de galinha ou frango	9 Molho branco	1 Chicken, neck, skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7800901	Pé de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, feet, stewed or boiled, no salt or fat added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7800901 Pé de galinha ou frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, feet, stewed or boiled, no salt or fat added
7800901 Pé de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, feet, stewed or boiled, no salt or fat added
7800901 Pé de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, feet, fried, no salt added
7800901 Pé de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, feet, stir fried, no salt added
7800901 Pé de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, feet, stewed or boiled, no salt or fat added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7800901 Pé de galinha ou frango	13 Ensopado	1 Chicken, feet, stir fried, no salt added
7801001 Miúdo de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7801001 Miúdo de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7801001 Miúdo de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, liver, fried, no salt added
7801001 Miúdo de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, liver, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7801001 Miúdo de galinha ou frango	15 Sopa	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7801101 Moela de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, gizzard, stewed or boiled, no fat or salt added
7801101 Moela de galinha ou frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, gizzard, stewed or boiled, no fat or salt added
7801101 Moela de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, gizzard, fried, no salt added
7801101 Moela de galinha ou frango	7 Refogado(a)	1 Chicken, gizzard, stir fried, no salt added
7801101 Moela de galinha ou frango	8 Molho vermelho	1 Chicken, gizzard, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
7801101 Moela de galinha ou frango	9 Molho branco	1 Chicken, gizzard, stewed or boiled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
7801101 Moela de galinha ou frango	13 Ensopado	1 Chicken, gizzard, stir fried, no salt added
7801101 Moela de galinha ou frango	15 Sopa	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7801202 Coração de frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7801202 Coração de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7801202 Coração de frango	4 Assado(a)	1 Chicken, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7801202 Coração de frango	5 Frito(a)	1 Chicken, heart, fried, no salt added
7801202 Coração de frango	13 Ensopado	1 Chicken, heart, stewed or boiled, no fat or salt added
7801301 Fígado de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7801301 Fígado de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, liver, stewed or boiled, no fat or salt added
7801301 Fígado de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, liver, fried, no salt added
7801407 Canja	99 Não se aplica	1 Soup, chicken, with rice, prepared from recipe
7801702 Peru em pedaço não especificado	2 Cozido(a)	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7801702 Peru em pedaço não especificado	4 Assado(a)	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7801702 Peru em pedaço não especificado	5 Frito(a)	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, fried, no salt added
7801702 Peru em pedaço não especificado	13 Ensopado	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stir fried, no salt added
7801801 Peito de peru	1 Cru(a)	1 Turkey, breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7801801	Peito de peru	2 Cozido(a)	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7801801	Peito de peru	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7801801	Peito de peru	4 Assado(a)	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7801801	Peito de peru	5 Frito(a)	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, fried, no salt added
7801801	Peito de peru	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, fried, no salt added
7801801	Peito de peru	99 Não se aplica	1 Turkey , breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7802101	Asa de peru	2 Cozido(a)	1 Turkey, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7802101	Asa de peru	4 Assado(a)	1 Turkey, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7802701	Chester	2 Cozido(a)	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7802701	Chester	4 Assado(a)	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7802701	Chester	99 Não se aplica	1 Turkey, light and dark meat - unknown parts, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7802702	Tender	4 Assado(a)	1 Pork, ham, regular cured, boneless, regular, no visible fat eaten
7802801	Nambu	2 Cozido(a)	1 Poultry, squab, pigeon or dove, unknown if skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7802901	Nuggets de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Fast foods, other or unknown location, chicken nuggets
7802901	Nuggets de frango	4 Assado(a)	1 Fast foods, other or unknown location, chicken nuggets
7802901	Nuggets de frango	5 Frito(a)	1 Fast foods, other or unknown location, chicken nuggets
7802901	Nuggets de frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Fast foods, other or unknown location, chicken nuggets
7802901	Nuggets de frango	7 Refogado(a)	1 Fast foods, other or unknown location, chicken nuggets
7802902	Steak de frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7802902	Steak de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7802902	Steak de frango	4 Assado(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7802902	Steak de frango	5 Frito(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7802902	Steak de frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7802902	Steak de frango	99 Não se aplica	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added
7803001	Codorna	5 Frito(a)	1 Poultry, quail, partridge, unknown if skin eaten, stir fried, no salt added
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	2 Cozido(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	4 Assado(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, boiled, no fat or salt added
7803201	Pé e asa de galinha ou frango	5 Frito(a)	1 Chicken, wing, skin eaten, fried, no salt added
7803301	Ovo de galinha	1 Cru(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301	Ovo de galinha	2 Cozido(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301	Ovo de galinha	4 Assado(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301	Ovo de galinha	5 Frito(a)	1 Eggs, fried, no salt added
7803301	Ovo de galinha	7 Refogado(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7803301 Ovo de galinha	8 Molho vermelho	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301 Ovo de galinha	10 Ao alho e óleo	1 Eggs, fried, no salt added
7803301 Ovo de galinha	11 Com manteiga/óleo	1 Eggs, fried, no salt added, butter, regular, salted
7803301 Ovo de galinha	12 Ao vinagre	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301 Ovo de galinha	13 Ensopado	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301 Ovo de galinha	14 Mingau	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803301 Ovo de galinha	99 Não se aplica	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803501 Ovo de codorna	1 Cru(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803501 Ovo de codorna	2 Cozido(a)	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803501 Ovo de codorna	5 Frito(a)	1 Eggs, fried, no salt added
7803501 Ovo de codorna	12 Ao vinagre	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803501 Ovo de codorna	99 Não se aplica	1 Eggs, boiled, no fat or salt added
7803702 Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	2 Cozido(a)	1 Poultry, Guinea Hen, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803702 Galinha-d'angola abatida, congelada ou viva	4 Assado(a)	1 Poultry, Guinea Hen, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803703 Capote	2 Cozido(a)	1 Poultry, Guinea Hen, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803703 Capote	4 Assado(a)	1 Poultry, Guinea Hen, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803703 Capote	5 Frito(a)	1 Poultry, Guinea Hen, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803707 Mutum	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7803907 Pato em pedaços	2 Cozido(a)	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, stewed ou boiled, no fat or salt added
7803907 Pato em pedaços	13 Ensopado	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, stewed ou boiled, no fat or salt added
7803908 Peito de pato	5 Frito(a)	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, fried, no salt added
7803913 Carne de pato	2 Cozido(a)	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, stewed ou boiled, no fat or salt added
7803913 Carne de pato	4 Assado(a)	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, stewed ou boiled, no fat or salt added
7803913 Carne de pato	5 Frito(a)	1 Duck, domestic, breast, skin eaten, fried, no salt added
7805401 Peito de peru <i>light</i>	1 Cru(a)	1 Turkey, breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed ou boiled, no fat or salt added
7805401 Peito de peru <i>light</i>	2 Cozido(a)	1 Turkey, breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed ou boiled, no fat or salt added
7805401 Peito de peru <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Turkey, breast, unprocessed, unknown when skin removed, stewed ou boiled, no fat or salt added
7805501 Frango inteiro orgânico	2 Cozido(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7805501 Frango inteiro orgânico	4 Assado(a)	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
7805702 Filé de frango orgânico	2 Cozido(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7805702 Filé de frango orgânico	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, stewed or boiled, no fat or salt added
7805702 Filé de frango orgânico	5 Frito(a)	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, no salt added
7805702 Filé de frango orgânico	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Chicken, breast, unknown when skin removed, fried, breaded or batter dipped, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
Laticínios		
7900101 Leite de vaca integral	99 Não se aplica	1 Milk, whole (3.5-4% fat)
7900201 Leite de vaca fresco	99 Não se aplica	1 Milk, Mexican Prima, indiano, leite fresca de vaca (whole, milk, Sonora)
7900301 Leite de cabra	99 Não se aplica	1 Milk, goat
7900601 Leite em pó integral	99 Não se aplica	1 Milk, unprepared dry powder, whole
7900710 Leite em pó desnatado	99 Não se aplica	1 Milk, unprepared dry powder, nonfat
7900801 Leite em pó	99 Não se aplica	1 Milk, unprepared dry powder, whole
7900901 Leite condensado	99 Não se aplica	1 Milk, condensed (sweetened), regular, regular
7900903 Leite beijinho	99 Não se aplica	1 Milk, condensed (sweetened), regular, regular
7901001 Creme de leite	99 Não se aplica	1 Cream, regular whipping cream (31% fat), not whipped
7901101 Chantilly	99 Não se aplica	1 Chantilly creme
7901201 logurte de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Yogurt, fruited, regular, whole milk
7901203 logurte desnatado	99 Não se aplica	1 Yogurt, plain, regular, nonfat
7901204 logurte natural	99 Não se aplica	1 Yogurt, plain, regular, whole milk
7901301 <i>Yakult</i> de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Milk, acidophilus, 2% fat or reduced fat (90 g) + Sugar, white granulated (10 g)
7901303 Bebida láctea	99 Não se aplica	1 Yogurt, drink, regular, regular
7901304 Leite fermentado	99 Não se aplica	1 Milk, acidophilus, 2% fat or reduced fat
7901401 Coalhada	99 Não se aplica	1 Yogurt, plain, regular, whole milk
7901501 Manteiga com ou sem sal	99 Não se aplica	1 Butter, regular, salted
7901505 Manteiga de garrafa	99 Não se aplica	1 Butter, regular, salted
7901602 Margarina com ou sem sal	99 Não se aplica	1 Margarine, regular, tub, salted, soybean oil
7901701 Queijo prato	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, part skim milk
7901703 Queijo colonial	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, part skim milk
7901705 Queijo de colônia	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, part skim milk
7901801 Queijo muçarela	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, whole milk
7901803 Muçarela	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, whole milk
7901807 Muçarela de búfala	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, whole milk
7901809 Queijo de búfala	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, whole milk
7901901 Queijo de reino	99 Não se aplica	1 Gouda cheese
7902001 Queijo de minas	99 Não se aplica	1 American cheese, process - reduced fat
7902003 Queijo de manteiga	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, whole milk
7902004 Quechima	99 Não se aplica	1 American cheese, process - reduced fat
7902005 Queijo de coalho	99 Não se aplica	1 Monterey Jack cheese, natural
7902008 Queijo canastra	99 Não se aplica	1 American cheese, process - reduced fat

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7902201	Queijo ricota	99 Não se aplica	1 Ricotta cheese, whole milk
7902301	Leite de soja com sabor	99 Não se aplica	1 Milk, soy milk, ready-to-drink, regular, vanilla or other flavors, not fortified
7902303	Ades original	99 Não se aplica	1 Milk, substitute or imitation, soy based, ready-to-drink, regular, plain, not fortified
7902403	Queijo ralado	99 Não se aplica	1 Parmesan cheese, dry (grated), regular
7902501	Queijo provolone	99 Não se aplica	1 Provolone cheese, regular
7902801	Queijo polenguinho	99 Não se aplica	1 Cream cheese, regular (approx 30% fat), brick
7902901	Requeijão	99 Não se aplica	1 Cream cheese, light (18% fat)
7902902	Queijo cremoso	99 Não se aplica	1 Cream cheese, light (18% fat)
7903001	Queijo não especificado	99 Não se aplica	1 Cheese, unknown if natural or process
7903101	Leite com sabor	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
7903102	Leite achocolatado	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
7903109	Leite aRomãtizado	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
7903110	Bebida achocolatada	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
7903201	Nata	99 Não se aplica	1 Sour cream
7903301	Queijo gorgonzola	99 Não se aplica	1 Blue Cheese
7903402	Tofu	99 Não se aplica	1 Tofu (soybean curd), raw (not silken), not cooked, regular, soft (not drained)
7903501	Leite de soja em pó	99 Não se aplica	1 Soy milk, unprepared dry powder, regular, not fortified
7903601	Leite de vaca desnatado	99 Não se aplica	1 Milk, skim, no fat or fat free
7903702	Leite de vaca semidesnatado	99 Não se aplica	1 Milk, 1% fat or lowfat
7903801	Leite não especificado pasteurizado	99 Não se aplica	1 Milk, whole (3.5-4% fat)
7903901	logurte de qualquer sabor <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Yogurt, fruited, regular, low fat
7904001	logurte de qualquer sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Yogurt, fruited, with artificial sweetener, whole milk
7904201	Margarina <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Margarine, diet, 30% fat, salted, soybean oil
7904301	Leite de vaca integral orgânico	99 Não se aplica	1 Milk, whole (3.5-4% fat)
7904401	Leite de vaca fresco orgânico	99 Não se aplica	1 Milk, Mexican Pima, indian, leche fresca de vaca (whole, milk, Sonora)
7904601	Leite semidesnatado de vaca orgânico	99 Não se aplica	1 Milk, 1% fat or lowfat
7904701	Creme de leite orgânico	99 Não se aplica	1 Cream, regular whipping cream (31% fat), not whipped
7904801	logurte de qualquer sabor orgânico	99 Não se aplica	1 Yogurt, fruited, regular, whole milk
7904803	logurte de qualquer sabor desnatado orgânico	99 Não se aplica	1 Yogurt, fruited, regular, nonfat
7904804	logurte natural de qualquer sabor orgânico	99 Não se aplica	1 Yogurt, plain, regular, whole milk
7905103	Muçarela <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, part skim milk, low sodium
7905104	Queijo muçarela <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Mozzarella cheese, part skim milk, low sodium
7905201	Leite de soja com sabor <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Milk, soy milk, ready-to-drink, lowfat, vanilla or other flavors, not fortified
7905203	Ades <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Milk, substitute or imitation, soy based, ready-to-drink, lowfat, plain, not fortified

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
7905601 Creme de leite <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cream, half and half (10-12% fat), fat free
7905901 Queijo prato <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Monterey Jack cheese, natural, reduced fat
7906001 Queijo de minas <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cottage, lowfat (2%)
7906005 Queijo de coalho <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Monterey Jack cheese, natural, reduced fat
7906201 Queijo ricota <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Ricotta cheese, nonfat
7906303 Queijo ralado <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Parmesan cheese, dry (grated), reduced fat
7906401 Queijo polenguinho <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cream cheese, light (approx 18% fat)
7906501 Requeijão <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cream cheese, light (approx 18% fat)
7906601 Queijo não especificado <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cottage, lowfat (2%)
7906702 Leite achocolatado <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, lowfat
7906710 Bebida achocolatada <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, lowfat
7906801 Leite com sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, mixtures and milk drinks, sugar free
7906802 Leite achocolatado <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, mixtures and milk drinks, sugar free
7906810 Bebida achocolatada <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, mixtures and milk drinks, sugar free
7906901 Leite de soja em pó <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soy milk, unprepared dry powder, light
7907001 Leite em pó com sabor	99 Não se aplica	1 Cocoa or hot chocolate, dry mix, unprepared, regular - to be mixed with milk, sweetened
7907101 Manteiga com ou sem sal <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Butter, light, salted
7907301 Queijo de minas frescal orgânico	99 Não se aplica	1 American cheese, process - reduced fat
7907305 Queijo de coalho frescal orgânico	99 Não se aplica	1 Monterey Jack cheese, natural
Panificados		
8000103 Pão de hambúrguer	99 Não se aplica	1 Hamburger, bun, white
8000105 Pão de sal	99 Não se aplica	2 Pão, trigo, francês
8000201 Pão doce	99 Não se aplica	1 Buns, sweet roll, baked from recipe, with frosting or glaze, without fruits or nuts, butter, regular, unsalted
8000203 Chineque	99 Não se aplica	1 Rolls, sweet roll, baked from recipe, with frosting and glaze, without fruit or nuts, regular fat
8000218 Chineque com farofa	99 Não se aplica	1 Rolls, sweet roll, baked from recipe, with frosting and glaze, without fruit or nuts, regular fat
8000229 Pão de mel	99 Não se aplica	1 Cake, gingerbread, glazed, butter, regular, chocolate glazed
8000234 Panetone	99 Não se aplica	1 Bread, panettone
8000237 Bismaguinha	99 Não se aplica	1 Buns, white, baked commercially
8000240 <i>Croissant</i>	99 Não se aplica	1 Croissants
8000501 Pão de forma industrializado de qualquer marca	99 Não se aplica	1 White bread, regular, commercial
8000801 Pão de queijo	99 Não se aplica	2 Pão, de queijo, assado
8001101 Pão de milho	99 Não se aplica	1 Bread, cornbread, prepared from commercial mix
8001401 Pão integral	99 Não se aplica	1 Wheat bread, whole wheat, regular, commercial
8001501 Pão não especificado	99 Não se aplica	2 Pão, trigo, francês

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8001901	Torrada de qualquer pão	99 Não se aplica	2 Torrada, pão francês
8002001	Rosca doce	99 Não se aplica	1 Doughnut, cake, regular, frosted, with coconut topping
8002002	Rosquinha doce	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002101	Rosca salgada	99 Não se aplica	1 Calzone, with cheese and meat
8002106	Rosquinha salgada	99 Não se aplica	2 Biscoito, salgado, cream cracker
8002201	Biscoito salgado	99 Não se aplica	2 Biscoito, salgado, cream cracker
8002205	Presuntinho biscoito	99 Não se aplica	1 Crackers, flavored, regular, regular
8002212	Biscoito de polvilho	99 Não se aplica	1 Receita de Biscoito de polvilho salgado digitada no NDSR
8002225	Bolacha salgada	99 Não se aplica	2 Biscoito, salgado, cream cracker
8002227	Chips (salgadinhos)	99 Não se aplica	1 Corn chips, ingredient fat known, oil, soybean, unhydrogenated
8002230	Baconzitos	99 Não se aplica	1 Crackers, flavored, regular, regular
8002236	Biscoito salgado integral	99 Não se aplica	1 Crackers, whole wheat, regular
8002301	Biscoito doce	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002302	Cavaco chinês	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002305	Sequiho	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002306	Tareço	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002309	Solda	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002315	Brevidade	99 Não se aplica	2 Biscoito, salgado, cream cracker
8002334	Bolacha doce	99 Não se aplica	1 Receita de brevidade digitada no NDSR
8002335	Maria maluca (bolacha doce)	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002405	Quebra-quebra	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002502	Rocambole	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, maisena
8002503	Cuca de qualquer tipo	99 Não se aplica	1 Eclair, homemade, sweetened whipped cream filling, without icing
8002601	Bolo de milho	99 Não se aplica	1 Rolls, sweet roll, baked from recipe, with frosting and glaze, without fruit or nuts, regular fat
8002604	Amidomil (bolinho)	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, milho
8002605	Angusor de milho	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, milho
8002609	Grustoli (bolinho doce)	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, milho
8002701	Bolo de aipim	99 Não se aplica	1 Doughnuts, cake, regular, sugared
8002702	Bolo de tapioca	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim
8002703	Bolo de macaxeira	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim
8002704	Bolo de goma	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim
8002801	Bolo de batata-doce	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim
8002901	Bolo de arroz	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim
8003101	Bolo de cará	99 Não se aplica	2 Bolo, pronto, aipim

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8003501	Tortas doces de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Pies, chocolate cream, prepared from mix, regular, cooked type, milk whole
8003601	Tortas salgadas de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Pies, mincemeat, single pastry crust
8003701	Sonho	99 Não se aplica	1 Doughnut, filled, with cream or custard, sugared
8003702	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos)	99 Não se aplica	1 Doughnuts, cake, regular, sugared
8003801	Bolo de chocolate	99 Não se aplica	1 Cake, sponge, chocolate, not frosted or glazed
8003902	Brioche	99 Não se aplica	1 Brioche
8004001	Bolo de laranja	99 Não se aplica	1 Cake, fruitcake, homemade, regular
8004101	Bolo de coco	99 Não se aplica	1 Cake, sponge, white or flavored, no frosted or glazed, real egg (95 g) + Coconut, dried (shredded or flaked), sweetened (5 g)
8004201	Bolo de cenoura	99 Não se aplica	1 Cake, carrot, homemade, without nuts, regular
8004601	Bolo de trigo	99 Não se aplica	1 Cake, sponge, white or flavored, not frosted or glazed
8004701	Broa	99 Não se aplica	5 Broa de fubá de milho
8004801	Biscoito recheado	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, recheado com chocolate
8004807	Waffer (biscoito)	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, wafer
8004809	Alfajores (biscoito)	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate coated or striped, regular
8004810	Bolacha recheada	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, recheado com chocolate
8004813	Rosca recheada	99 Não se aplica	1 Cake, chocolate, homemade, without nuts, glazed
8004814	Rosquinha recheada de qualquer sabor	99 Não se aplica	2 Biscoito, doce, recheado com chocolate
8005201	Biscoito não especificado	99 Não se aplica	2 Biscoito, salgado, cream cracker
8006101	Crepe	99 Não se aplica	1 Crepe - entree type, beef filled with sauce, beef, hamburger or ground beef 15% fat (85% lean meat), salt added
8006501	Pão diet (de forma industrializado)	99 Não se aplica	1 White bread, reduced calorie (light, high fiber)
8006601	Pão light (de forma industrializado)	99 Não se aplica	1 White bread, reduced calorie (light, high fiber)
8006701	Pão de queijo light	99 Não se aplica	2 Pão, de queijo, assado
8006801	Pão integral light	99 Não se aplica	1 White bread, reduced calorie (light, high fiber)
8007001	Tortas doces de qualquer sabor light	99 Não se aplica	1 Pies, chocolate cream, prepared from mix, fat free, milk whole
8007101	Tortas doces de qualquer sabor diet	99 Não se aplica	1 Pies, chocolate cream, prepared from mix, sugar free, milk whole
8007302	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) light	99 Não se aplica	1 Doughnuts, cake, regular, plain
8007402	Filhos (bolinho de farinha de trigo e ovos) diet	99 Não se aplica	1 Doughnuts, cake, regular, plain
8007501	Bolo de chocolate light	99 Não se aplica	1 Cake, chocolate, homemade, without nuts, butter light
8007601	Bolo de chocolate diet	99 Não se aplica	1 Cake, chocolate, homemade, without nuts, butter light
8007701	Bolo de laranja light	99 Não se aplica	1 Cake, fruitcake, homemade, butter light
8008001	Bolo de coco diet	99 Não se aplica	1 Cake, chocolate, homemade, without nuts, butter light
8008201	Bolo de cenoura diet	99 Não se aplica	1 Cake, carrot, homemade, without nuts, light
8008301	Biscoito recheado light	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, reduced fat

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8008305 Biscoito waffer <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, vanilla, wafer, reduced fat
8008307 Waffer (biscoito) <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, vanilla, wafer, reduced fat
8008309 Alfajores (biscoito) <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, reduced fat
8008310 Bolacha recheada <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, reduced fat
8008401 Biscoito recheado <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, sugar free
8008408 Rosquinha recheada de qualquer sabor <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, sugar free
8008410 Bolacha recheada <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, chocolate, sandwich with filling, regular, sugar free
8010001 Pão doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Buns, sweet roll, baked from recipe, with frosting or glaze, without fruits or nuts, butter, light, unsalted
8010029 Pão de mel <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cake, gingerbread, glazed, butter, light, chocolate glazed
8010034 Panetone <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Bread, panettone
8010101 Biscoito salgado <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Crackers, wheat, reduced fat
8010125 Bolacha salgada <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Crackers, wheat, reduced fat
8010127 Chips (salgadinhos) <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Potato, chips, low fat, salted
8010401 Biscoito doce <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, Nabisco Honey Maid Grahams, Cinnamon low fat
8010434 Bolacha doce <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, Nabisco Honey Maid Grahams, Cinnamon low fat
8010501 Biscoito doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, oatmeal, plain, commercial package, sugar free
8010534 Bolacha doce <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cookies and bars, oatmeal, plain, commercial package, sugar free
8010601 Bolo de banana	99 Não se aplica	1 Cake, banana, homemade, without nuts, regular
Carnes industrializadas		
8100101 Carne-seca	2 Cozido(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100101 Carne-seca	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100101 Carne-seca	4 Assado(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100101 Carne-seca	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100101 Carne-seca	7 Refogado(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
8100101 Carne-seca	8 Molho vermelho	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100101 Carne-seca	13 Ensopado	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100102 Carne de charque	1 Cru(e)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100102 Carne de charque	2 Cozido(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100102 Carne de charque	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100102 Carne de charque	4 Assado(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100102 Carne de charque	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100102 Carne de charque	7 Refogado(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100102 Carne de charque	8 Molho vermelho	8 Carne, bovina, seca, cozida (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
8100102 Carne de charque	13 Ensopado	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8100103	Jabá	2 Cozido(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100103	Jabá	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100103	Jabá	7 Refogado(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100103	Jabá	99 Não se aplica	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100201	Carne de sol	1 Cru(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100201	Carne de sol	2 Cozido(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100201	Carne de sol	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100201	Carne de sol	4 Assado(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100201	Carne de sol	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100201	Carne de sol	13 Ensopado	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100202	Carne do sertão	2 Cozido(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100202	Carne do sertão	4 Assado(a)	2 Carne, bovina, seca, cozida
8100202	Carne do sertão	5 Frito(a)	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml)
8100502	Hambúrguer de carne bovina	1 Cru(a)	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added
8100502	Hambúrguer de carne bovina	2 Cozido(a)	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added
8100502	Hambúrguer de carne bovina	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added
8100502	Hambúrguer de carne bovina	4 Assado(a)	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added
8100502	Hambúrguer de carne bovina	5 Frito(a)	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), fried, no salt added
8100502	Hambúrguer de carne bovina	8 Molho vermelho	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added (80 g) + Sauce, tomate, regular (20 g)
8100502	Hambúrguer de carne bovina	99 Não se aplica	1 Hambúrguer or ground beef, 10% fat (90% alan meat), broiled or grilled, no fat or salt added
8100802	Copa de porco defumada	99 Não se aplica	1 Pork, cured, cooked
8101005	Bacon	99 Não se aplica	1 Bacon, regular
8101101	Hambúrguer de frango	2 Cozido(a)	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, no fat or salt added
8101101	Hambúrguer de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, no fat or salt added
8101101	Hambúrguer de frango	4 Assado(a)	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, no fat or salt added
8101101	Hambúrguer de frango	5 Frito(a)	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, fat used, no salt added
8101101	Hambúrguer de frango	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, fat used, no salt added
8101101	Hambúrguer de frango	99 Não se aplica	1 Cake or patty, chicken, light and dark meat, no fat or salt added
8102101	Salsicha no varejo	1 Cru(a)	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	2 Cozido(a)	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	4 Assado(a)	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	5 Frito(a)	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	7 Refogado(a)	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8102101	Salsicha no varejo	8 Molho vermelho	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain (80 g) + Sauce, tomato, regular (20 g)
8102101	Salsicha no varejo	9 Molho branco	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, plain (80 g) + Sauce, white, homemade, made with milk (20 g)
8102101	Salsicha no varejo	10 Ao alho e óleo	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	11 Com manteiga/óleo	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	13 Ensopado	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, regular, plain
8102101	Salsicha no varejo	99 Não se aplica	1 Hot dogs, frankfurters or weiners, regular (combination of meats), regular, regular, plain
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	1 Cru(a)	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	2 Cozido(a)	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	4 Assado(a)	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	5 Frito(a)	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	6 Empanado(a)/à milanesa	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	7 Refogado(a)	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	8 Molho vermelho	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	11 Com manteiga/óleo	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	13 Ensopado	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102204	Linguíça (suína, bovina, mista, etc.)	99 Não se aplica	1 Sausage, pork and beef, fresh
8102207	Linguíça de frango	1 Cru(a)	2 Linguíça de frango
8102207	Linguíça de frango	2 Cozido(a)	2 Linguíça de frango
8102207	Linguíça de frango	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco	2 Linguíça de frango
8102207	Linguíça de frango	4 Assado(a)	2 Linguíça de frango
8102207	Linguíça de frango	5 Frito(a)	2 Linguíça de frango
8102401	Chouriço	99 Não se aplica	1 Sausage, blood
8102402	Morceia	99 Não se aplica	1 Sausage, blood
8102403	Morcilha	1 Cru(a)	1 Sausage, blood
8102403	Morcilha	2 Cozido(a)	1 Sausage, blood
8102501	Paio	2 Cozido(a)	1 Sausage, pork, smoked
8102601	Mortadela	99 Não se aplica	1 Bologna, regular (combination of meats), regular, regular
8102701	Salame	99 Não se aplica	1 Salami, cotto (cooked or soft), beef or pork
8102702	Salaminho	99 Não se aplica	1 Salami, cotto (cooked or soft), beef or pork
8102801	<i>Blanquet</i> de peru	99 Não se aplica	1 Turkey, ham, regular
8102901	Presunto	99 Não se aplica	1 Ham, regular cured, boneless, regular, regular, visible fat eaten, no fat added
8103001	Hambúrguer de peru	2 Cozido(a)	1 Cake or patty, turkey, light and dark meat, fat used, no salt added

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8103001	Hambúrguer de peru	4 Assado(a)
8103001	Hambúrguer de peru	6 Empanado(a)/à milanesa
8103101	Hambúrguer não especificado	2 Cozido(a)
8103101	Hambúrguer não especificado	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco
8103101	Hambúrguer não especificado	4 Assado(a)
8103101	Hambúrguer não especificado	5 Frito(a)
8103101	Hambúrguer não especificado	99 Não se aplica
8103601	Apresentado	99 Não se aplica
8103901	Pururuca de porco	99 Não se aplica
8103902	Pele de porco preparada (pururuca)	99 Não se aplica
8104001	Patê (fígado, calabresa, frango, presunto, etc.)	99 Não se aplica
8104101	Carne de aves defumada	99 Não se aplica
8104601	Carne salgada não especificada	2 Cozido(a)
8104601	Carne salgada não especificada	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco
8104601	Carne salgada não especificada	4 Assado(a)
8104601	Carne salgada não especificada	5 Frito(a)
8104601	Carne salgada não especificada	7 Refogado(a)
8104601	Carne salgada não especificada	8 Molho vermelho
8104601	Carne salgada não especificada	99 Não se aplica
8104904	Mini <i>chicken</i> empanado	2 Cozido(a)
8104904	Mini <i>chicken</i> empanado	3 Grelhado(a)/brasa/churrasco
8104904	Mini <i>chicken</i> empanado	4 Assado(a)
8104904	Mini <i>chicken</i> empanado	5 Frito(a)
8104904	Mini <i>chicken</i> empanado	6 Empanado(a)/à milanesa
8105001	Mortadela <i>light</i>	99 Não se aplica
8105201	Salsicha no varejo <i>light</i>	5 Frito(a)
8105401	Salame <i>light</i>	99 Não se aplica
8105501	<i>Blanquet</i> de peru <i>light</i>	99 Não se aplica
8105701	Hambúrguer não especificado <i>light</i>	99 Não se aplica
Bebidas não alcoólicas e infusões		
8200101	Refrigerante de cola tradicional	1 Soda pop or soft drink, Coke
8200102	Coca cola tradicional	1 Soda pop or soft drink, Coke
8200202	Fanta laranja tradicional	1 Soda pop or soft drink, Fruit flavored, regular, caffeine free
8200208	Sukita tradicional	1 Soda pop or soft drink, Fruit flavored, regular, caffeine free

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8200301	Refrigerante de guaraná tradicional	99 Não se aplica	2 Refrigerante, tipo guaraná
8200302	Guaraná tradicional	99 Não se aplica	2 Refrigerante, tipo guaraná
8200407	<i>Sprit</i> : refrigerante tradicional	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, lemon-lime or lemon sour, regular
8200505	Fanta uva tradicional	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Fruit flavored, regular, caffeine free
8200701	Refrigerante de cola <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Coke, diet
8200702	Coca cola <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Coke, diet
8200801	Refrigerante de cola <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cola, diet, with caffeine, sweetened with aspartame
8200902	Minuano tradicional	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, lemon-lime or lemon sour, regular
8201104	Mate tradicional	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8201202	Bidu tradicional	99 Não se aplica	2 Refrigerante, tipo guaraná
8201502	Fanta laranja <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, fruit flavored, diet, caffeine free, unknown artificial sweetened
8201601	Refrigerante de guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	7 Refrigerante ANTARCTICA Diet Guaraná
8201602	Guaraná <i>light</i>	99 Não se aplica	7 Refrigerante ANTARCTICA Diet Guaraná
8201802	Tubaina tradicional	99 Não se aplica	2 Refrigerante, tipo guaraná
8201902	Tubaina <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Coke, diet
8202001	Caldo de cana	99 Não se aplica	1 Guarapo (sugar cane beverage)
8202002	Garapá	99 Não se aplica	1 Guarapo (sugar cane beverage)
8202101	Água de coco	99 Não se aplica	1 Coconut, water (liquid from coconut)
8202402	Q-suco	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, dry mix, unprepared, fruit flavored drink, presweetened, sugar
8202403	Q-refresko	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, dry mix, unprepared, fruit flavored drink, presweetened, sugar
8202602	Nescafé	99 Não se aplica	1 Coffee, dry instant - unprepared, regular
8202803	Erva-mate	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8202804	Chimarrão	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8202805	Tereré	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8203401	Levedo de cerveja	99 Não se aplica	1 Yeast extract spread (ex. Marmite, Vegemite)
8203501	Refrigerante não especificado	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Coke
8203603	Cevada em pó	99 Não se aplica	1 Barley (pearled), dry
8204503	<i>Chocomilk</i>	99 Não se aplica	1 Milk, chocolate, whole
8204902	Água tônica tradicional	99 Não se aplica	1 Tonic water, regular
8205201	Chá <i>diet</i> (preto, camomila, erva cidreira, capim limão, etc.)	99 Não se aplica	1 Tea, unknown type of tea, unsweetened, with artificial sweeteners
8205402	Paraguai refrigerante tradicional	99 Não se aplica	2 Refrigerante, tipo guaraná
8205803	Gatorade	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, Gatorade, ready-to-drink, all flavors
8205901	Bebida energética	99 Não se aplica	1 Special formulated products, drinks, RED BULL Energy Drink
8206301	Chá (preto, camomila, erva-cidreira, capim limão, etc.)	99 Não se aplica	1 Tea, unknown type of tea, unsweetened

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8206402	Café solúvel <i>capuccino</i>	99 Não se aplica	1 Cappuccino, prepared from mix, regular
8207401	Refrigerante de guaraná <i>diet</i>	99 Não se aplica	7 Refrigerante ANTARCTICA Diet Guaraná
8207402	Guaraná <i>diet</i>	99 Não se aplica	7 Refrigerante ANTARCTICA Diet Guaraná
8207601	Refrigerante de limão <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, lemon-lime or lemon sour, diet, unknown artificial sweetener
8207705	Fanta uva <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, fruit flavored, diet, caffeine free, unknown artificial sweetened
8208104	Mate <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8209002	Água tônica <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Tonic water, diet
8209102	Paraguai refrigerante <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Soda pop or soft drink, Coke, diet
8211002	O-suco <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, dry mix, unprepared, fruit flavored drink, presweetened, with artificial sweetener
8211003	O-refresco <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, dry mix, unprepared, fruit flavored drink, presweetened, with artificial sweetener
8211102	O-suco <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, dry mix, unprepared, fruit flavored drink, presweetened, with artificial sweetener
8212401	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Cappuccino, prepared from mix, sugar free, regular
8212501	Café <i>capuccino</i> solúvel <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Cappuccino, prepared from mix, sugar free, regular
8212902	Água tônica <i>diet</i>	99 Não se aplica	1 Tonic water, diet
8212906	Refrigerante de quimino dietético	99 Não se aplica	1 Tonic water, diet
8213003	Chá mate orgânico	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8213004	Chimarrão orgânico	99 Não se aplica	1 Tea, Yerba mate
8213601	Suco de clorofila	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, spinach juice
8273902	Café com farinha	99 Não se aplica	8 Coffee, regular (caffeinated), made from ground (50 g) + Farinha, de mandioca, crua (50 g)
Bebidas alcoólicas			
8300101	Cerveja (com ou sem álcool)	99 Não se aplica	1 Beer, regular
8300201	<i>Chopp</i>	99 Não se aplica	1 Beer, regular
8300301	Aguardente	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente
8300302	Cachaça	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente
8300501	Batida de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Pina colada, not frozen
8300701	Rum	99 Não se aplica	1 Rum, liquor, plain
8300801	Vodka	99 Não se aplica	1 Vodka, plain
8301001	Uisque	99 Não se aplica	1 Whiskey, plain
8301002	Whisky	99 Não se aplica	1 Whiskey, plain
8301201	Champagne	99 Não se aplica	1 Champagne
8301202	Sidra champagne	99 Não se aplica	1 Champagne
8301501	Martini	99 Não se aplica	1 Martini
8301601	Conhaque	99 Não se aplica	1 Cognac
8301701	Drink dreher	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8301901 Licor de qualquer sabor	99 Não se aplica	1 Cordial or liqueur, unknown type
8302409 Cajuína	99 Não se aplica	7 Cajuína Nordestina
8302415 Vinho	99 Não se aplica	1 Wine, other table, 15% alcohol, red
8302416 Cajuína	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente
8302901 Coquetel de frutas	99 Não se aplica	1 Pina colada, not frozen
8303101 Caipirinha	99 Não se aplica	1 Receita de Caipirinha digitada no NDSR
8303501 Bebida alcoólica	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente
8303615 Vinho orgânico	99 Não se aplica	1 Wine, other table, 15% alcohol, red
8304301 Cerveja (com ou sem álcool) <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Beer, light, low calorie
8304502 Caxiri (aguardente de mandioca)	99 Não se aplica	2 Cana, aguardente
Óleos e gorduras		
8400101 Azeite de oliva	99 Não se aplica	1 Oil, olive
8400301 Óleo de soja	99 Não se aplica	1 Oil, soybean, unhydrogenated
8401801 Banha suína	99 Não se aplica	1 Lard
8403001 Banha bovina	99 Não se aplica	1 Fats, animal, beef
8403201 Óleo não especificado	99 Não se aplica	1 Oil, soybean, unhydrogenated
8403501 Óleo de dendê	99 Não se aplica	1 Oil, palm kernel
Miscelâneas		
8500201 Salgadinho	99 Não se aplica	1 Croquette, beef
8500202 Pastel (queijo, carne, palmito, etc.)	99 Não se aplica	1 Wonton, fried, with meat filling
8500203 Croquete	99 Não se aplica	1 Croquette, beef
8500205 Coxinha	99 Não se aplica	1 Croquette, beef
8500206 Empada (queijo, carne, camarão, etc.)	99 Não se aplica	1 Pot Pie, chicken, single crust
8500207 Rizole (queijo, carne, camarão, etc.)	99 Não se aplica	1 Croquette, beef
8500209 Acarajé	99 Não se aplica	2 Acarajé
8500210 Torresmo	99 Não se aplica	1 Pork, skin - fried pork rind, other brands
8500211 Quibe	99 Não se aplica	1 Croquette, beef
8500212 Abará (Bahia)	99 Não se aplica	2 Acarajé
8500213 Paçoca de carne de sol	99 Não se aplica	8 Carne, bovina, seca, cozida (94 g) + Oil, soybean, unhydrogenated (6 ml) (50 g) + Farinha, de mandioca, crua (50 g)
8500215 Angu frito	99 Não se aplica	1 Grits (polenta), regular cooking, prepared with water, salt added, seasoned with fat, butter, regular
8500217 Angu de milho	99 Não se aplica	1 Grits (polenta), regular cooking, prepared with water, salt added, no fat
8500218 Polenta	99 Não se aplica	1 Grits (polenta), regular cooking, prepared with water, salt added, seasoned with fat, butter, regular
8500222 Esfira	99 Não se aplica	1 Mixed dish, hispanic, cheese empanadas, Mozzarella
8500223 Esfira de carne	99 Não se aplica	1 Mixed dish, hispanic, empanadas, meat filled

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8500224	Esfira de queijo	1 Mixed dish, hispanic, cheese empanadas, Mozzarella
8500225	Esfira de ricota	1 Mixed dish, hispanic, cheese empanadas, ricotta
8500226	Esfira de frango	1 Mixed dish, hispanic, empanadas, meat filled, chicken breast
8500227	Enroladinho	1 Croquette, beef
8500228	Bolinho de alpim	1 Cassava (yuca), hispanic, pastry with cassava dough (includes pork, tomatoes and garbanzos)
8500232	Bolinho de bacalhau	1 Cake or patty (fish or poultry), codfish cake or ball
8500302	Cachorro-quente	1 Sandwich, hot dog or frankfurter on a bun, with catchup and mustard
8500303	Hambúrguer (sanduíche)	1 Fast-food, McDonald's, hamburger
8500304	Cheeseburger	1 Fast foods, cheeseburger with condiments
8500305	Eggsburger	1 Receita de Eggsburger digitada no NDSR
8500307	Bauru	1 Sandwich, ham and cheese with tomato, lettuce and mayonnaise
8500308	Americano	1 Receita de Sanduíche americano digitada no NDSR
8500313	Misto-quente ou frio	1 Sandwich, ham and cheese, grilled
8500315	Sanduíche de queijo prato	1 Sandwich, cheese (with margarine)
8500316	Sanduíche de salame	1 Sandwich, salami (with margarine)
8500317	Sanduíche de presunto	1 Sandwich, ham salad
8500318	Sanduíche de queijo prato com presunto	1 Sandwich, ham and cheese, grilled
8500319	Sanduíche de mortadela	1 Sandwich, bologna (with margarine)
8500320	Sanduíche de queijo minas	1 Sandwich, cheese (with margarine)
8500321	Cheese egg	1 Fast foods, cheeseburger with condiments
8500322	Cheese tudo	1 Fast foods, cheeseburger with condiments
8500323	Sanduíche natural	1 Sandwich, chicken salad
8500401	Suco	1 Juice or flavored drink, orange, juice, fresh
8500402	Suco de abacaxi	1 Juice or flavored drink, pineapple, juice, plain, purchased ready-to-drink
8500403	Suco de acerola	1 Juice or flavored drink, acerola juice
8500404	Suco de beterraba	1 Juice or flavored drink, carrot-beet juice
8500405	Suco de cupuaçu	2 Cupuaçu, cru (50% fruta, 50% água)
8500406	Suco de goiaba	1 Juice or flavored drink, guava nectar
8500407	Suco de laranja	1 Juice or flavored drink, orange, juice, fresh
8500408	Suco de laranja com banana	1 Juice or flavored drink, orange, juice, orange-banana
8500409	Suco de laranja e beterraba	1 Juice or flavored drink, carrot-beet juice
8500410	Suco de laranja e cenoura	1 Juice or flavored drink, carrot-beet juice
8500411	Suco de laranja cenoura e beterraba	1 Juice or flavored drink, carrot-beet juice
8500412	Suco de mamão	1 Juice or flavored drink, papaya juice

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento	Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8500413 Suco de manga	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, mango nectar
8500414 Suco de maracujá	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, passion fruit, juice
8500415 Suco de melão	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, watermelon juice
8500416 Suco de morango	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, strawberry juice
8500417 Suco de pêssego	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, peach juice (sweetened)
8500418 Suco de pêssego em calda	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, peach juice (sweetened)
8500501 Vitamina	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de banana digitada no NDSR
8500503 Vitamina de banana	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de banana digitada no NDSR
8500504 Vitamina de banana com aveia	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de banana com aveia digitada no NDSR
8500505 Vitamina de mamão	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de mamão digitada no NDSR
8500506 Vitamina de abacate	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de abacate digitada no NDSR
8500507 Vitamina de morango	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de morango digitada no NDSR
8500508 Vitamina mista	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina mista (banana, mamão e maçã) digitada no NDSR
8500509 Vitamina de maçã	99 Não se aplica	1 Receita de Vitamina de maçã digitada no NDSR
8500601 Refresco	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500602 Refresco de caju	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500603 Refresco de groselha	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500604 Refresco de laranja	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500605 Refresco de maracujá	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500606 Refresco de limão	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, unknown fruit or flavor, unknown if juice, drink or nectar
8500801 Salada ou verdura cozida, exceto de fruta	99 Não se aplica	1 Collards, cooked from fresh, no fat or salt added
8500802 Salada de maionese	99 Não se aplica	1 Salad, potato, "mayo" dressing, with egg, mayo type dressing, real, regular, commercial, salt regular
8500903 Pizza	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, without meat or vegetables (plain), without extra cheese, thin crust, fat used, salt regular
8500904 Lasanha pronta <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Lasagna, from recipe, beef
8500905 <i>Moque</i>	99 Não se aplica	1 Gnocchi, cheese
8500906 <i>Caneloni</i>	99 Não se aplica	1 Canneloni, with beef
8500907 <i>Capelati</i>	99 Não se aplica	1 Ravioli, meat filled, with tomato sauce, from recipe, ground beef or hamburger 10% fat (90% lean meat)
8500909 <i>Ravioli</i>	99 Não se aplica	1 Ravioli, meat filled, with tomato sauce, from recipe, ground beef or hamburger 10% fat (90% lean meat)
8500910 <i>Calzone</i>	99 Não se aplica	1 Calzone, with cheese and meat
8500913 Panqueca	99 Não se aplica	1 Crepe - entree type, beef filled with sauce, beef, hamburger or ground beef 15% fat (85% lean meat), salt added
8500914 Pizza calabreza	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, with one meat topping (sausage, pepperoni or hamburger), without vegetables, thin crust, fat used, salt regular
8500915 Pizza muçarela	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, without meat or vegetables (plain), without extra cheese, thin crust, fat used, salt regular

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8500916	Pizza presunto	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, with one meat topping (sausage, pepperoni or hamburger), without vegetables, thin crust, fat used, salt regular
8500917	Pizza portuguesa	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, with two meat toppings (sausage, pepperoni or hamburger), with vegetables, thin crust, fat used, salt regular
8500919	Macarronada	99 Não se aplica	1 Spaghetti, main dish (noodles and sauce), with tomato sauce, with meat or poultry, from recipe
8501004	Galeto	99 Não se aplica	1 Chicken, whole chicken, unknown if skin eaten, stir fried, fat used, no salt added
8501104	Costela	99 Não se aplica	1 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stir fried, fat used, no salt added
8501202	Pipoca doce ou salgada	99 Não se aplica	1 Média de Popcorn, microwave popped from package, regular, with salt, no fat or salt added e Popcorn, caramel or sugar commercially prepared
8501302	Café	99 Não se aplica	1 Coffee, regular (caffeinated), made from ground
8501303	Café com leite	99 Não se aplica	1 Coffee, regular (caffeinated), made from ground (50 ml) + Milk, whole (3.5-4% fat)
8501304	Café tipo expresso	99 Não se aplica	1 Coffee, regular (caffeinated), made from instant
8501305	Café tipo <i>capuccino</i>	99 Não se aplica	1 Cappuccino, prepared from mix, regular
8501402	Milho cozido	99 Não se aplica	1 Corn, cooked from fresh, cob, no fat or salt added
8501502	Batata palito	99 Não se aplica	1 French fries, cooked from fresh, no salt added, fat used
8501503	Batata palha	99 Não se aplica	1 Potato, chips, regular, salted, regular cut, ingredient fat known, soybean, unhydrogenated
8501902	Mungunzá	99 Não se aplica	5 Canjica de milho
8501903	Canjica	99 Não se aplica	5 Canjica de milho
8501904	Curau	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
8502201	Farofa	99 Não se aplica	2 Mandioca, farofa, temperada
8502301	Mingau (fubá, aveia, farinha, etc.)	99 Não se aplica	1 Cereal, cooked, Hispanic, cornmeal mush with milk and sugar - Farinha de maiz com leite
8502401	Tacacá	99 Não se aplica	1 Soup, fish, broth
8502501	Bolinho de coco	99 Não se aplica	1 Cake, sponge, white or flavored, no frosted or glazed, real egg (95 g) + Coconut, dried (shredded or flaked), sweetened (5 g)
8502701	Risoto	99 Não se aplica	1 Rice, recipe or mixed dish, chicken, tomato base, without cheese, with carrots and dark green vegetables
8502801	Vatapá	99 Não se aplica	1 Receita de Vatapá digitada no NDSR
8502901	Farofa pronta	99 Não se aplica	2 Mandioca, farofa, temperada
8503202	Caldo de carne	99 Não se aplica	1 Bouillon (broth), beef, prepared from recipe
8503203	Caldo-de-feijão	99 Não se aplica	1 Beans, black, soup, prepared from ready-to-serve can
8503204	Caldo de mocotó	99 Não se aplica	1 Bouillon (broth), beef, prepared from recipe
8503501	Baião de dois	99 Não se aplica	2 Baião de dois, arroz e feijão-de-corda
8503801	Churrasco	99 Não se aplica	1 Beef, roast, rump, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added
8504201	<i>Sushi</i>	99 Não se aplica	1 Sushi (rice with vinegar sauce), with fish and vegetables
8504401	Salada de frutas	99 Não se aplica	1 Salad, fruit or mixed fruit, plain, fresh fruit
8504501	Sopa (legumes, carne, etc.)	99 Não se aplica	1 Soup, vegetables, beef, prepared from recipe

(continuação)

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

(continuação)

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8504801	Salpicão	99 Não se aplica	1 Salad, chicken ("mayo" dressing), with egg, chicken, breast, skin removed before cooking, mayo type dressing, real, regular, commercial, salt regular
8505201	Charuto de repolho	99 Não se aplica	1 Cabbage, stuffed cabbage roll, with rice and meet
8505401	Arroz à grega	99 Não se aplica	1 Mixed dish, with rice, tomato e green peppers
8505501	Arrumadinho	99 Não se aplica	1 Receita de Feijão Tropeiro digitada no NDSR
8505601	Bobó de camarão	99 Não se aplica	1 Shrimp, soup, cream of, prepared from recipe
8505701	Caruru (quiabo, amendoim, castanha de caju, camarão seco, etc.)	99 Não se aplica	6 Caruru
8505801	Cuscuz paulista	99 Não se aplica	2 Cuscuz, paulista
8505901	Empadão (queijo, frango, camarão, palmito, etc.)	99 Não se aplica	1 Pot Pie, chicken, single crust
8506001	Farofa de banana	99 Não se aplica	8 Mandioca, farofa, temperada (50 g) + Banana, fried (50 g)
8506101	Feijão-tropeiro	99 Não se aplica	1 Receita de Feijão Tropeiro digitada no NDSR
8506201	Galinha com arroz	99 Não se aplica	1 Pilaf, rice, with chicken, breast
8506301	Galinhada	99 Não se aplica	1 Pilaf, rice, with chicken, breast
8506401	Moqueca baiana	99 Não se aplica	1 Bouillabaisse, salt regular, fat used (95 g) + oil, palm kernel (5 ml)
8506501	Omelete	99 Não se aplica	1 Omelet, plain
8506601	Pirão	99 Não se aplica	1 Soup, fish, chowder
8506701	Quiabe	99 Não se aplica	1 Pumpkin, cooked from fresh, stir fried, fat used, no salt added
8506801	Quiche	99 Não se aplica	1 Quiche (including crust), Lorraine - with bacon, whole milk, cheese Mozzarella, whole milk, salt regular
8506901	Suflé	99 Não se aplica	1 Souffle, spinach, made with milk
8507001	Tutu	99 Não se aplica	8 Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml)) (90 g) + Farinha, de mandioca, crua (10 g)
8507101	Moqueca capixaba	99 Não se aplica	1 Bouillabaisse, salt regular, fat used - oil soybean
8507201	Maniçoba	99 Não se aplica	1 Receita de Maniçoba digitada no NDSR
8507301	Caldo verde	99 Não se aplica	1 Receita de Caldo verde digitada no NDSR
8507401	Arroz de cuxá	99 Não se aplica	8 Arroz, tipo 1, cozido (99,02g) + Oli, soybean, unhydrogenated (0,98 ml) (50 g) + Collards, cooked from fresh, no fat or salt added (30 g)
8507501	Angu à baiana	99 Não se aplica	1 Polenta, regular cooking, prepared with water, salt added, no fat (60 g) + Beef, oxtail, visible fat eaten, stewed or boiled, salt regular (10 g) + Beef, liver, stewed or boiled, salt regular (10 g) + Beef, organ meats, heart, stewed or boiled, salt regular (10 g) + Sauce, tomato, regular (10 g)
8507601	Chocolate	99 Não se aplica	1 Candy, chocolate candy bar, milk, plain
8507701	Gemada	99 Não se aplica	1 Eggs, eggnog, whole, without alcohol
8507801	Açai com granola	99 Não se aplica	2 Açai, polpa, com xarope de guaraná e glucose

Tabela 5 - Código e descrição da fonte de referência da composição de alimentos por 100 gramas de parte comestível

Código e descrição do alimento		Código e descrição da preparação	Código e descrição da fonte de referência
8507901	Suco orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, orange, juice, fresh
8507902	Suco de abacaxi orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, pineapple, juice, plain, purchased ready-to-drink
8507903	Suco de acerola orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, acerola juice
8507906	Suco de goiaba orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, guava nectar
8507907	Suco de laranja orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, orange, juice, fresh
8507911	Suco de laranja cenoura e beterraba orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, carrot-beet juice
8507913	Suco de manga orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, mango nectar
8507914	Suco de maracujá orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, passion fruit, juice
8507916	Suco de morango orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, strawberry juice
8507917	Suco de pêssego orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, peach juice (sweetened)
8507918	Suco de pêssego em calda orgânico	99 Não se aplica	1 Juice or flavored drink, peach juice (sweetened)
8508003	Pizza pronta <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, without meat or vegetables (plain), without extra cheese, thin crust, no fat used, salt regular
8508004	Lasanha pronta <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Lasagna, from recipe, beef, 5% fat
8508012	Macarrão pronto <i>light</i>	2 Cozido(a)	1 Noodles, commercial seasoned mix
8508017	Pizza portuguesa <i>light</i>	99 Não se aplica	1 Pizza, from homemade recipe or restaurant, with two meat toppings (sausage, pepperoni or hamburger), with vegetables, thin crust, no fat used, salt regular
8508101	Farofa pronta <i>light</i> em pacote	99 Não se aplica	2 Mandioca, farofa, temperada
8508301	Vaca atolada	99 Não se aplica	8 Beef, ribs, back, visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (50 g) + Mandioca, cozida (50 g)
8508401	Salada ou verdura crua, exceto de fruta	99 Não se aplica	1 Tomato, raw
8508403	Outros legumes cozidos	99 Não se aplica	1 Potato, boiled, without skin, no fat or salt added (50 g) + Carrots, cooked from fresh, no fat or salt added (50 g)
8509801	Café da manhã	99 Não se aplica	1 Coffee, regular (caffeinated), made from ground (50 ml) + Milk, whole (3,5-4% fat)
8570101	Prato de comida brasileira	99 Não se aplica	8 Arroz, tipo 1, cozido (99,02 g) + Óil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml) (2 colh de arroz cheia - 90 g) + Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml)) (1 concha média cheia - 140 g) + Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, fried, fat used, no salt added (1 pedaço médio - 35 g) + Spaghetti noodles, white, cooked in unsalted water, seasoned fat used (1 pegador - 110 g) - 100 g
8570102	Prato de comida do nordeste	99 Não se aplica	8 Arroz, tipo 1, cozido (99,02 g) + Óil, soybean, unhydrogenated (0,98 ml) (2 colh de arroz cheia - 90 g) + Receita de feijão no NDSR (Beans, brown, cooked from dried, boiled, no salt added, fat used (60 g) + Water, tap (40 ml)) (1 concha média cheia - 140 g) + Steak - beef, chuck eye, no visible fat eaten, stewed or boiled, no fat or salt added (1 pedaço médio - 35 g) + Couscous, cooked, no fat or salt added (1 porção - 80 g) - 100 g

(continuação)

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Coordenação-Geral da Política de Alimentação e Nutrição. Alimentos regionais brasileiros. Brasília, DF, 2002. 40 p. (Série F. Comunicação e educação em saúde, n. 21). Disponível em: <http://89.28.128.100/nutricao/docs/geral/alimentos_regionais_brasileiros.pdf>. Acesso em: maio 2011.

FISBERG, R. M.; VILLAR, B. S. Manual de receitas e medidas caseiras para cálculo de inquéritos alimentares: manual elaborado para auxiliar o processamento de dados de inquéritos alimentares. São Paulo: Signus, 2002. 67 p.

FREITAS, M. P. S. de et al. Amostra mestra para o sistema integrado de pesquisas domiciliares. Rio de Janeiro: IBGE, 2007. 67 p. (Textos para discussão. Diretoria de Pesquisas, n. 23). Disponível em: <<ftp://ftp.dpe.ibge.gov.br/gdi/texdisc/texdisc23-07.pdf>>. Acesso em: maio 2011.

MARTINS, I. (Comp.). Tabela da composição de alimentos. Lisboa: Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge, Centro de Segurança Alimentar e Nutrição, 2007. 355 p.

MOSHFEGH, A. J. et al. The US Department of Agriculture Automated Multiple-Pass Method reduces bias in the collection of energy intake. American Journal of Clinical Nutrition, Bethesda: American Society for Nutrition, v. 88, n. 2, p. 324-332, Aug. 2008. Disponível em: <<http://www.ajcn.org/content/88/2/324.full.pdf+html>>. Acesso em: maio 2011.

NAVES, M. M. V. et al. Culinária goiana: valor nutritivo de pratos tradicionais. Goiânia: Kelps, 2004. 82 p.

PACHECO, M. Tabela de equivalentes, medidas caseiras e composição química dos alimentos. Rio de Janeiro: Rubio, 2006. 654 p.

PESQUISA de orçamentos familiares 2008-2009: despesas, rendimentos e condições de vida. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. 215 p. Acompanha 1 CD-ROM. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaodevida/pof/2008_2009/POFpublicacao.pdf>. Acesso em: maio 2011.

TABELA brasileira de composição de alimentos -TACO. Versão 2. 2. ed. Campinas: Universidade Estadual de Campinas - Unicamp, Núcleo de Estudos e Pesquisas em Alimentação - NEPA, 2006. Disponível em: <http://www.unicamp.br/nepa/taco/contar/taco_versao2.pdf>. Acesso em: maio 2011.

TABELAS de composição de alimentos. 5. ed. Rio de Janeiro: IBGE, 1999. 137 p. Acima do título: Estudo Nacional da Despesa Familiar.

UNIVERSITY OF MINNESOTA. Nutrition Coordinating Center. Nutrition data system for research (NDSR). Version 2008. Minneapolis, 2008. Disponível em: <<http://www.ncc.umn.edu/products/ndsr.html>>. Acesso em: maio 2011.

YUYAMA, L. K. O. et al. Quantificação de fibra alimentar em algumas populações de Cubiu (*Solanum sessiliflorum* Dunal), Camucamu (*Myrciaria dubia* (H.B.K.) Mc Vaugh) e Açaí (*Euterpe oleracea* Mart). *Acta Amazônica*, Manaus: Instituto Nacional de Pesquisas da Amazônia - INPA, v. 32, n. 3, p. 491-497, 2002. Disponível em: <<http://acta.inpa.gov.br/fasciculos/32-3/PDF/v32n3a09.pdf>>. Acesso em: maio 2011.

Anexo

Anexo 1 - Nomenclatura dos nutrientes completos e siglas utilizadas nas tabelas da publicação

Nomenclatura dos nutrientes completos	Siglas utilizadas
Vitamina A (Equivalente de atividade de Retinol) (mcg)	Vitamina A (RAE) (mcg)
Tiamina (Vitamina B1) (mg)	Tiamina (mg)
Riboflavina (Vitamina B2) (mg)	Riboflavina (mg)
Niacina (Vitamina B3) (mg)	Niacina (mg)
Equivalente de Niacina (Vitamina B3) (mg)	Niacina (NE) (mg)
Piridoxina (Vitamina B6) (mg)	Piridoxina (mg)
Cobalamina (Vitamina B12) (mcg)	Cobalamina (mcg)
Folato (Equivalente dietético de Folato) (mcg)	Folato (DFE) (mcg)
Vitamina D (Calciferol) (mcg)	Vitamina D (mcg)
Vitamina E (Total de Alpha-Tocopherol) (mg)	Vitamina E (mg)
Ácidos graxos saturados (g)	AG saturado (g)
Ácidos graxos monoinsaturados (g)	AG mono (g)
Ácidos graxos poliinsaturados (g)	AG poli (g)
Ácido graxo poliinsaturado 18:2 (Linoléico) (g)	AG Linoléico (g)
Ácido graxo poliinsaturado 18:3 (Linolênico) (g)	AG Linolênico (g)
Ácidos graxos <i>trans</i> total (g)	AG <i>trans</i> total (g)

Equipe técnica

Ministério da Saúde

Secretaria de Atenção à Saúde

Helvécio Miranda Magalhães Júnior

Departamento de Atenção Básica

Hêider Aurélio Pinto

Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição

Patrícia Constante Jaime

Redação, compilação e elaboração da tabela de composição nutricional

Edna Yokoo (Departamento de Epidemiologia e Bioestatística/Universidade Federal Fluminense)

Ilana Nogueira Bezerra (Instituto de Medicina Social/Universidade do Estado do Rio de Janeiro)

Marina Campos Araújo (Instituto de Medicina Social/Universidade do Estado do Rio de Janeiro)

Rosângela Alves Pereira (Instituto de Nutrição/Universidade Federal do Rio de Janeiro e consultora da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN) do Ministério da Saúde)

Rosely Sichiari (Instituto de Medicina Social/Universidade do Estado do Rio de Janeiro e consultora da Coordenação Geral de Alimentação e Nutrição (CGAN) do Ministério da Saúde)

Revisão e sugestões ao texto e tabela de composição nutricional

Ágatha Nogueira Previdelli (Faculdade de Saúde Pública/Universidade de São Paulo)

Ana Beatriz Pinto de Almeida Vasconcelos (Consultora do Ministério da Saúde)

Michelle Alessandra de Castro (Faculdade de Saúde Pública/Universidade de São Paulo)

Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE

Diretoria de Pesquisas

Coordenação de Trabalho e Rendimento

Marcia Maria Melo Quintslr

Gerência da Pesquisa de Orçamentos Familiares

Edilson Nascimento da Silva

Revisão e sugestões ao texto e tabela de composição nutricional

André Luiz Martins Costa

Edilson Nascimento da Silva

Laura Maria do Carmo Áreas

Marcia Maria Melo Quintslr

Nadir Balthazar dos Santos

Planejamento da pesquisa, acompanhamento da coleta e críticas

André Luiz Martins Costa

Geraldo Falqueto

Isabel Cristina Martins Santos

José Antonio Lutterbach Soares

José Mauro de Freitas Júnior

Juliano José Guimarães Junqueira

Laura Maria do Carmo Áreas

Luciana Alves dos Santos

Nadir Balthazar dos Santos

Paulo Roberto Coutinho Pinto

Colaboradores

Diretoria de Pesquisas

Coordenação de Métodos e Qualidade

Sonia Albieri

Planejamento, seleção, controle, expansão da amostra e precisão das estimativas

André Wallace Nery da Costa

Giuseppe de Abreu Antonaci

Marcos Paulo Soares de Freitas

Diretoria de Informática

Coordenação de Desenvolvimento e Manutenção de Sistemas

Cátia Maria Dias Ferreira

Gerência de Sistemas Populacionais e Sociais

Fátima Regina Salgueiro da Silva

Solange Ferreira Pinto

Gerência de Sistemas

Carlos Antônio Pereira

Cristiane de Moura Cruz

Geraldo Ferreira Filho

Luiz Antonio Ricci

Coordenação de Operações e Serviços de Informática

Bruno Gonçalves Santos

Gerência de Implantação e Administração dos Serviços em Produção

Andrea Moreira Torres

Denise Crispe Silva

Fernando Espírito Santo Cataldo

Jules Cezar Cunha

Márcio Tavares Fernandes

Paulo Lincoln Ribeiro de Oliveira

Gerência de Administração e Manutenção de Equipamentos de Informática

Romualdo Carneiro da Cunha

Silvino Cavalcanti de Albuquerque Júnior

Coordenadores de Informática das Unidades Estaduais

RO - Ascle Brito de Souza

AC - Evandro Cavalcante de Araújo

AM - Darlan Viana Cavalcante

RR - Marcelo Luiz Babick

PA - Sílvio Costa de Souza

AP - Fabrício Alves Reis

TO - Manuela Almeida Bitencourt

MA - Wellington Luis Mineiro Franca

PI - Pedro Ribeiro Soares

CE - Júlio Marcus Vinícius Freire Coelho

RN - Edson Moreira de Aguiar

PB - Haroldo Paulino de Medeiros

PE - Edilson Bronzeado Quirino

AL - Milton José do Nascimento

SE - Muciano Menezes Junqueira

BA - Antônio Fernando C. Coppieters
MG - Carlos Cardoso Silva
ES - Sidney Henrique Dalmaso
RJ - Carlos Eduardo Portela
SP - Wlamir Almeida Pinheiro
PR - Marcio Rogério Kurz
SC - Luís Augusto de Souza Bevacqua
RS - Sérgio Murilo Pereira Gil
MS - Emílio Flavio Vieira
MT - Camilo Gonçalo Stabilito
GO - Sebastião Gonçalves Matos
DF - Cilmar Ribeiro Mendonça

Coordenações Estaduais da POF

Rondônia

Angela Ilcelina Holanda Nery
Ane Gabriele Trindade da Silva
Fernando Augusto Nery Lima
Francisco Herbenio Oliveira da Silva

Acre

Célia Brandão de Souza
Marcel Silva de Melo
Thiago Harley de Paul

Amazonas

Paulo da Silva Rodrigues de Almeida Filho
Argemiro Nogueira do Nascimento Neto
Haroldo Bruno Campos dos Santos
João Monteiro de Souza Júnior

Roraima

Ângela Patrícia Lima de Souza
Amâncio Guerra Raposo Júnior
Guilherme Ferreira Cornely

Pará

Maria Angela Gemaque Álvaro
Edson Afonso Fonseca Maia
Luiz Cláudio do Monte Martins
Matheus Ferreira de Souza Júnior
Valéria da Silva Cuentro

Amapá

Eduardo Fisbhem
Adelson Silva Uchoa
Raul Tabajara Lima e Silva

Tocantins

Raimundo Costa Barbosa
Gerisvaldo Pereira da Silva
José da Guia Vieira
Máximo Levi Leite Gomes

Maranhão

Ney da Fonseca Mello
Audizio Araújo dos Santos
João Márcio Fernandes Mendonça

Marcos Henrique de Souza Honorato
Thaiane Lara Batista Costa
Wellington Georges Costa da Silva

Piauí

Ranieri Ferreira Leite
Alberto Batista de Jesus
Jannete Maria de Jesus
Mirian Elionora de Nazaré de Oliveira Borges

Ceará

Jerônimo Candea do Nascimento
Antonio Carlos Cavalcante Dias Filho
Marlene Teixeira Bessa
Ney Facundo Onofre
Roberto Sérgio Menezes

Rio Grande do Norte

Jailson Filgueira P. da Silva
José Wanderlei dos Santos
Luiz Fernando V. da Conceição
Valéria Maria de Lima da C. Rocha

Paraíba

Djaci Cavalcanti de Queiroz
Antonio Carlos Oliveira da Silva
Francisco Eugênio do Nascimento Silva
José Jerônimo Nóbrega de Carvalho
Rafael Marconi dos Santos

Pernambuco

Maria Auricélia Andrada Bezerra Lima
Isailda Maria Barros Pereira
Jorge Augusto Moraes de Barros
Karla Valéria Annes de Sá Leitão
Marcos José de Lima Carvalho
Pedro Salvador da Rocha
Rosangela Barros Veras

Alagoas

Neilson Negrão Antelo Romar
Aldo Jorge Alves da Silva
Alzira Maria de Araújo
George Marcos de Oliveira Barbosa
Neide Maria Peixoto de Araújo
Neuton Tavares Barbosa
Valdemir Ferreira da Silva

Sergipe

Adriane Almeida do Sacramento
Ana Júlia Cavalcante Bueno
Leonardo Souza Leão Leite de Sá
Marcos Antônio Borges Correia

Bahia

Carlos Ruy Costa Miranda
Arivaldo Lima da Cruz

Artur Constantino Figueredo Machado
Dionir Pereira
Evaristo Roque Lopes das Virgens
Gilda Valverde Lima de Oliveira
Marleide Campos Santos Costa

Minas Gerais

Vilma de Jesus Santos Cruz
Delmir Silva Reis
Emília Isolina Motta Coutinho
Joelson de Oliveira Carvalho
Luiz Sérgio Furtado
Margareth Barros Santos
Maria Cecília de Santana Parreiras

Espírito Santo

Vinícios Abreu da Silva
Daiane Benevides Nascimento
Eliomar Ferreira Pimentel
Fernando Francisco de Paula
Mirian da Silva Ferreira
Sidiney Gomes Guedes

Rio de Janeiro

Alberto Azemiro Martins de Carvalho
Celso da Cunha Ferreira
Eliana Maria Lisboa Garrão
Roberto Brito Velasco
Roberto Carlos Nunes dos Santos

São Paulo

Rosemary Utida
Antônio Aderci Moitinho
Irineu Yukio Akaji
Luiz Carlos Estevam Foglia
Maria Auxiliadora Afonso Viegas
Nádia Maria Barretto Alves
Osvaldo César Ferraro
Pedro Roberto Kruger

Paraná

Tânia Mara Delorenci Bernardino Frazeto
Adison Túlio Ayres do Nascimento
Ana Livia Kasseboehmer
Arnoldo Picelli
Arlos Alberto de Sá
Edemilson Mainardes Gonçalves

Santa Catarina

Mário Roberto Schmidt
Carlos Roberto Roncatto Filho
Gilmar Orsi
Gomercindo de Deus e Silva
Talita Schroder

Rio Grande do Sul

Carlos Alberto Del Castel
Ademir Celestino da Silva Júnior
Carlos Augusto Costa Nunes
Ênio Luiz Perrando
Lauro Lindolfo Steffan
Léa Beatriz de Souza Chipeaux
Viviane Rech

Mato Grosso do Sul

Jorge Miranda Quevedo
Everaldo Assad Arguello
Fernando Gallina
Jesus Garcia de Camargo
Márcia Moreno Jara

Mato Grosso

Wandir da Costa Ribeiro
Ivan da Silva Maia
Remildo Rodrigues de Souza
Ricardo Litran
Valter Benedicto Ribeiro Pires

Goiás

Carlos Augusto Canêdo
Eudmar Curado Lopes
José Nilton de Brito
Luiz Fernando da Silva
Valdivino Esteves Rodrigues

Distrito Federal

Luiz Fernando Viegas Fernandes
Guilherme Silveira Braga Vilas Boas
Rodrigo de Paula Almeida
Yana Machado Santos Drumond

Projeto Editorial**Centro de Documentação e Disseminação de Informações****Coordenação de Produção**

Marise Maria Ferreira

Gerência de Editoração**Estruturação textual, tabular e de gráficos**

Beth Fontoura
Katia Vaz Cavalcanti
Marisa Sigolo

Diagramação tabular e de gráficos

Beth Fontoura

Copidesque e revisão

Anna Maria dos Santos
Cristina R. C. de Carvalho
Kátia Domingos Vieira

Diagramação textual

Simone Mello

Programação visual da publicação

Luiz Carlos Chagas Teixeira

Tratamento de arquivos e mapas

Evilmerodac Domingos da Silva

Produção de multimídia

Márcia do Rosário Brauns

Marisa Sigolo

Mônica Pimentel Cinelli Ribeiro

Roberto Cavararo

Gerência de Documentação

Pesquisa e normalização bibliográfica

Ana Raquel Gomes da Silva

Bruno Klein

Hector Rodrigo Brandão Oliveira (Estagiário)

Lioara Mandoju

Padronização de glossários

Ana Raquel Gomes da Silva

Elaboração de quartas-capas

Ana Raquel Gomes da Silva

Lioara Mandoju

Gerência de Gráfica

Impressão e acabamento

Maria Alice da Silva Neves Nabuco

Gráfica Digital

Impressão

Ednalva Maia do Monte