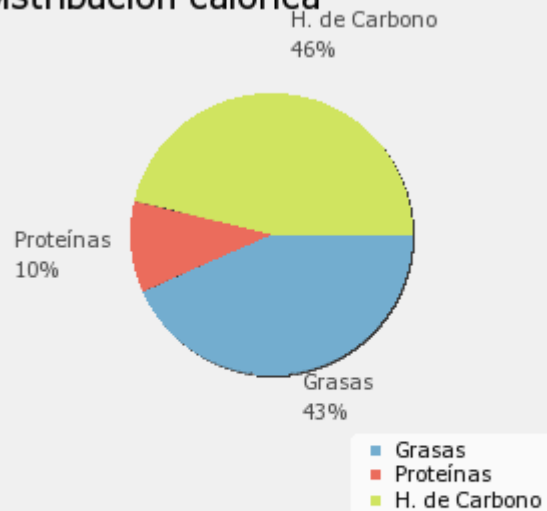


**INFORME DE DENSIDAD DE NUTRIENTES DEL PLATO: Crema de calabaza**

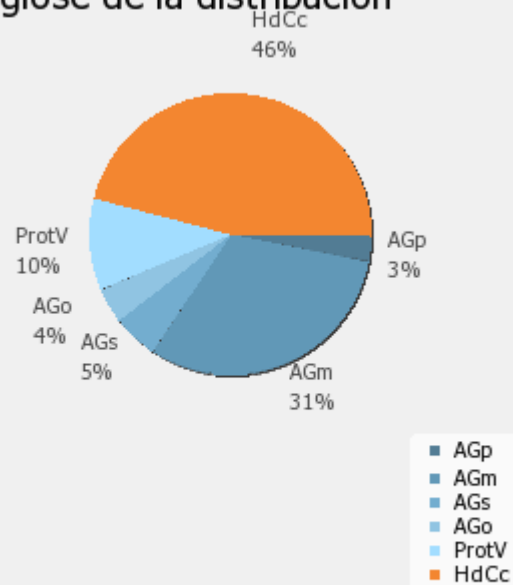
Ingrediente	<b>Resultados de la valoración nutricional:</b>																																																																																																																											
Calabaza	<p><b>Valor energético 25.20 Kcal / 105.33 Kj</b></p> <p><b>MACRONUTRIENTES</b></p> <p><u>Proteínas</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">Total</td> <td style="width: 20%; text-align: right;">0.72 g</td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Animales</td> <td style="text-align: right;">0.00 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vegetales</td> <td style="text-align: right;">0.72 g</td> <td></td> </tr> </table> <p><u>Grasas</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">Total</td> <td style="width: 20%; text-align: right;">1.32 g</td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Monoinsaturados</td> <td style="text-align: right;">0.95 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Poliinsaturados</td> <td style="text-align: right;">0.09 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Saturados</td> <td style="text-align: right;">0.16 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Trans</td> <td style="text-align: right;">0.00 g</td> <td></td> </tr> </table> <p><u>Hidratos de Carbono</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">Total</td> <td style="width: 20%; text-align: right;">3.18 g</td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Simples</td> <td style="text-align: right;">0.00 g</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Complejos</td> <td style="text-align: right;">3.18 g</td> <td></td> </tr> </table> <p><u>Fibra</u> 1.05 g</p> <p><u>Agua</u> 95.70 ml</p> <p><b>MICRONUTRIENTES</b></p> <p><u>Sales minerales</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">P</td> <td style="width: 20%; text-align: right;">16.65 mg</td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Mg</td> <td style="text-align: right;">9.69 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Ca</td> <td style="text-align: right;">26.28 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Fe</td> <td style="text-align: right;">0.23 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Zn</td> <td style="text-align: right;">0.10 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Na</td> <td style="text-align: right;">335.07 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">K</td> <td style="text-align: right;">124.66 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">I</td> <td style="text-align: right;">1.30 µg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Se</td> <td style="text-align: right;">0.18 µg</td> <td></td> </tr> </table> <p><u>Vitaminas</u></p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 40%;"></td> <td style="width: 20%; text-align: right;">Vit C (Ácido Ascórbico)</td> <td style="width: 20%; text-align: right;">24.76 mg</td> <td style="width: 20%;"></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B1 (Tiamina)</td> <td style="text-align: right;">0.03 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B2 (Riboflavina)</td> <td style="text-align: right;">0.03 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B3 (Niacina)</td> <td style="text-align: right;">0.17 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B6 (Piridoxina)</td> <td style="text-align: right;">0.03 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit A (Retinol)</td> <td style="text-align: right;">20.41 µg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit D (Calciferol)</td> <td style="text-align: right;">0.00 µg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit E (Tocoferol)</td> <td style="text-align: right;">0.24 mg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B9 (Ácido Fólico)</td> <td style="text-align: right;">0.75 µg</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td style="text-align: right;">Vit B12 (Cobalamina)</td> <td style="text-align: right;">0.00 µg</td> <td></td> </tr> </table>					Total	0.72 g			Animales	0.00 g			Vegetales	0.72 g			Total	1.32 g			Monoinsaturados	0.95 g			Poliinsaturados	0.09 g			Saturados	0.16 g			Trans	0.00 g			Total	3.18 g			Simples	0.00 g			Complejos	3.18 g			P	16.65 mg			Mg	9.69 mg			Ca	26.28 mg			Fe	0.23 mg			Zn	0.10 mg			Na	335.07 mg			K	124.66 mg			I	1.30 µg			Se	0.18 µg			Vit C (Ácido Ascórbico)	24.76 mg			Vit B1 (Tiamina)	0.03 mg			Vit B2 (Riboflavina)	0.03 mg			Vit B3 (Niacina)	0.17 mg			Vit B6 (Piridoxina)	0.03 mg			Vit A (Retinol)	20.41 µg			Vit D (Calciferol)	0.00 µg			Vit E (Tocoferol)	0.24 mg			Vit B9 (Ácido Fólico)	0.75 µg			Vit B12 (Cobalamina)	0.00 µg	
					Total	0.72 g																																																																																																																						
					Animales	0.00 g																																																																																																																						
					Vegetales	0.72 g																																																																																																																						
					Total	1.32 g																																																																																																																						
					Monoinsaturados	0.95 g																																																																																																																						
					Poliinsaturados	0.09 g																																																																																																																						
	Saturados	0.16 g																																																																																																																										
	Trans	0.00 g																																																																																																																										
	Total	3.18 g																																																																																																																										
	Simples	0.00 g																																																																																																																										
	Complejos	3.18 g																																																																																																																										
	P	16.65 mg																																																																																																																										
	Mg	9.69 mg																																																																																																																										
	Ca	26.28 mg																																																																																																																										
	Fe	0.23 mg																																																																																																																										
	Zn	0.10 mg																																																																																																																										
	Na	335.07 mg																																																																																																																										
	K	124.66 mg																																																																																																																										
	I	1.30 µg																																																																																																																										
	Se	0.18 µg																																																																																																																										
	Vit C (Ácido Ascórbico)	24.76 mg																																																																																																																										
	Vit B1 (Tiamina)	0.03 mg																																																																																																																										
	Vit B2 (Riboflavina)	0.03 mg																																																																																																																										
	Vit B3 (Niacina)	0.17 mg																																																																																																																										
	Vit B6 (Piridoxina)	0.03 mg																																																																																																																										
	Vit A (Retinol)	20.41 µg																																																																																																																										
	Vit D (Calciferol)	0.00 µg																																																																																																																										
	Vit E (Tocoferol)	0.24 mg																																																																																																																										
	Vit B9 (Ácido Fólico)	0.75 µg																																																																																																																										
	Vit B12 (Cobalamina)	0.00 µg																																																																																																																										
Agua																																																																																																																												
Cebolla																																																																																																																												
Aceite de oliva virgen extra																																																																																																																												
Sal																																																																																																																												
Sazonador Pimienta blanca																																																																																																																												

## INFORME DE DENSIDAD DE NUTRIENTES DEL PLATO: Crema de calabaza

### Distribución calórica



### Desglose de la distribución



### Reparto de calorías por nutriente

	Valor energético	Porcentaje
<b>Proteínas</b>	<b>2.87 Kcal</b>	<b>10.45%</b>
Animales	0.00 Kcal	0.00%
Vegetales	2.87 Kcal	10.45%
<b>Grasas</b>	<b>11.90 Kcal</b>	<b>43.31%</b>
Saturados	1.44 Kcal	5.24%
Trans	0.00 Kcal	0.00%
Monoinsaturados	8.51 Kcal	30.99%
Poliinsaturados	0.84 Kcal	3.06%
Otros Lípidos	1.10 Kcal	4.01%
<b>Hidratos de Carbono</b>	<b>12.70 Kcal</b>	<b>46.24%</b>
Simples	0.00 Kcal	0.00%
Complejos	12.70 Kcal	46.24%
<b>Total</b>	<b>27.47 Kcal</b>	<b>100.00%</b>

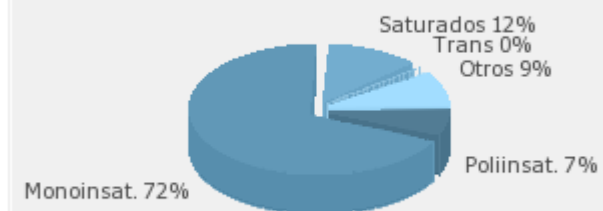
### Reparto de Proteinas



### Reparto de Hidratos de carbono



### Reparto de Grasas



## Crema de calabaza

Tipo de Receta: Crema

### Ingredientes

### Alérgenos según normativa

#### Alimento

Calabaza

Agua

Cebolla

Aceite de oliva virgen extra

Sal

Sazonador Pimienta blanca

## Crema de calabaza: Ingredientes compuestos

#### Sazonador Pimienta blanca MANUFACTURAS SALOMON

Harina de maíz

Harina de arroz

Pimienta

Sal

### Alérgenos según normativa

#### Sal BOLTON CILE

Sal

### Alérgenos según normativa

#### Aceite de oliva virgen extra COOSUR

Aceite de oliva refinado

### Alérgenos según normativa