

**Descripción del plato:**

| Ingrediente               | Peso en sucio |
|---------------------------|---------------|
| Leche entera UHT          | 39.94 g       |
| Nata 35% Profesional      | 19.97 g       |
| Pan rallado               | 11.86 g       |
| Queso de Cabrales D.O     | 10.61 g       |
| Mantequilla               | 6.24 g        |
| Huevo entero pasteurizado | 5.81 g        |
| Harina                    | 4.74 g        |
| Sal fina                  | 0.62 g        |
| Cola de pescado           | 0.17 g        |
| Xantano                   | 0.04 g        |

**Resultados de la valoración nutricional:****Calorías 234.91 Kcal / 981.92 Kj****MACRONUTRIENTES**Proteínas

|           |        |
|-----------|--------|
| Total     | 6.05 g |
| Animales  | 4.79 g |
| Vegetales | 1.26 g |

Lípidos

|                 |         |
|-----------------|---------|
| Total           | 17.89 g |
| Monoinsaturados | 6.23 g  |
| Poliinsaturados | 0.72 g  |
| Saturados       | 11.62 g |
| Trans           | 0.08 g  |

Colesterol 77.82 mg

Hidratos de Carbono

|           |         |
|-----------|---------|
| Total     | 12.54 g |
| Simples   | 2.70 g  |
| Complejos | 9.83 g  |

Fibra 0.66 gAgua 54.92 ml**MICRONUTRIENTES**Sales minerales

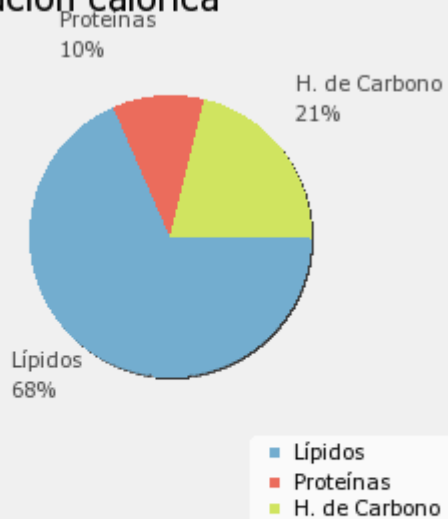
|    |           |
|----|-----------|
| P  | 81.26 mg  |
| Mg | 14.85 mg  |
| Ca | 144.99 mg |
| Fe | 0.50 mg   |
| Zn | 0.46 mg   |
| Na | 465.73 mg |
| K  | 43.41 mg  |
| I  | 1.85 µg   |
| Se | 4.15 µg   |

Vitaminas

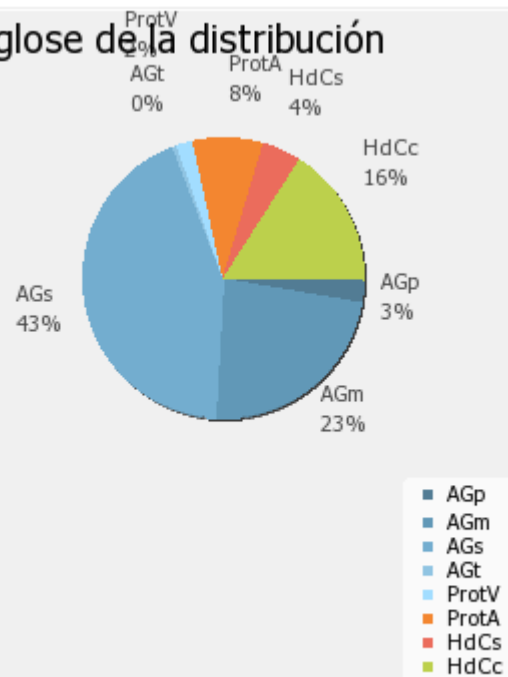
|                         |           |
|-------------------------|-----------|
| Vit C (Ácido Ascórbico) | 0.25 mg   |
| Vit B1 (Tiamina)        | 0.04 mg   |
| Vit B2 (Riboflavina)    | 0.19 mg   |
| Vit B3 (Niacina)        | 0.88 mg   |
| Vit B6 (Piridoxina)     | 0.04 mg   |
| Vit A (Retinol)         | 205.08 µg |
| Vit D (Calciferol)      | 0.19 µg   |
| Vit E (Tocoferol)       | 0.26 mg   |
| Vit B9 (Ácido Fólico)   | 12.15 µg  |
| Vit B12 (Cobalamina)    | 0.33 µg   |

## INFORME DE DENSIDAD DE NUTRIENTES DEL PLATO: Croquetas de cabrales

### Distribución calórica



### Desglose de la distribución



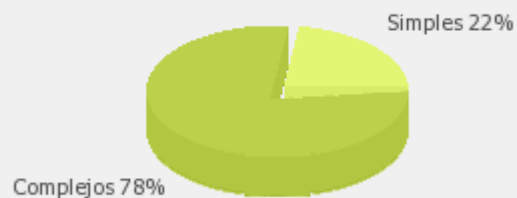
### Reparto de calorías por nutriente

|                            | Calorías           | Porcentaje     |
|----------------------------|--------------------|----------------|
| <b>Proteínas</b>           | <b>24.19 Kcal</b>  | <b>10.28%</b>  |
| Animales                   | 19.16 Kcal         | 8.14%          |
| Vegetales                  | 5.03 Kcal          | 2.14%          |
| <b>Lípidos</b>             | <b>161.00 Kcal</b> | <b>68.41%</b>  |
| Saturados                  | 104.58 Kcal        | 44.44%         |
| Trans                      | 0.72 Kcal          | 0.31%          |
| Monoinsaturados            | 56.07 Kcal         | 23.82%         |
| Poliinsaturados            | 6.44 Kcal          | 2.74%          |
| Otros Lípidos              | -6.80 Kcal         | -2.89%         |
| <b>Hidratos de Carbono</b> | <b>50.15 Kcal</b>  | <b>21.31%</b>  |
| Simples                    | 10.81 Kcal         | 4.59%          |
| Complejos                  | 39.34 Kcal         | 16.72%         |
| <b>Total</b>               | <b>235.34 Kcal</b> | <b>100.00%</b> |

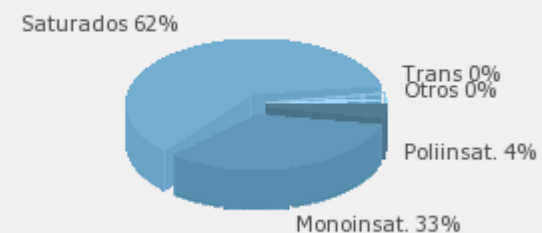
### Reparto de Proteínas



### Reparto de Carbohidratos



### Reparto de Lípidos



# Croquetas de cabrales

Tipo de Receta: Entradas

## Ingredientes

| Alimento                         |
|----------------------------------|
| <u>Leche entera UHT</u>          |
| <u>Nata 35% Profesional</u>      |
| <u>Pan rallado</u>               |
| <u>Queso de Cabrales D.O</u>     |
| <u>Mantequilla</u>               |
| <u>Huevo entero pasteurizado</u> |
| <u>Harina</u>                    |
| Sal fina                         |
| <u>Cola de pescado</u>           |
| Xantano                          |

## Alérgenos según normativa



Lácteos



Gluten



Pescado



Huevo

## Croquetas de cabrales: Ingredientes compuestos

Huevo entero pasteurizado PASCUAL

Huevo

Alérgenos según normativa



Huevo

Mantequilla (genérico)

Nata

Alérgenos según normativa



Lácteos

Queso de Cabrales D.O (genérico)

Leche

Cuajo animal

Leche de vaca

Leche de Oveja

Alérgenos según normativa



Lácteos

Nata 35% Profesional PRESIDENT

Nata

Carragenano (E-407)

Celulosa microcristalina (E-460(i))

Carboximetilcelulosa (E-466)

Alérgenos según normativa



Lácteos