

COMPONENTI PRINCIPALI (*)	Ala senza pelle	Fuso coscia senza pelle	Pollo intero senza pelle	Petto senza pelle	Pollo sovracoscia senza pelle
Parte edibile (%)	66	66	62	98	83
Energia (kcal)	193	107	110	100	132
Proteine tot (g)	20.3	18.5	19.4	23.3	18.7
Lipidi tot (g)	12.4	3.7	3.6	0.8	6.3
- Saturi tot (g)	4.24	1.08	1.23	0.25	2.15
- Monoinsaturi tot (g)	3.72	1.06	1.08	0.19	1.89
- Polinsaturi tot (g)	2.79	0.98	0.81	0.23	1.42
Colesterolo (mg)	89	88	75	60	73
Acqua (g)	67	77	76.1	74.9	74.1
SALI MINERALI					
Ferro (mg)	0.6	1	0.7	0.4	0.8
Calcio (mg)	6	13	8	4	8
Sodio (mg)	60	86	70	33	67
Potassio (mg)	320	355	307	370	323
Fosforo (mg)	180	110	200	210	200
Magnesio (mg)	24	23	26	32	25
VITAMINE					
Tiamina -B1- (mg)	0.12	0.14	0.10	0.10	0.09
Riboflavina -B2- (mg)	0.22	0.22	0.15	0.20	0.22
Niacina (mg)	8.30	5.60	5.80	8.30	5.90
Vitamina B6 (mg)	0.38	0.28	0.28	0.51	0.34
Vitamina B12 (µg)	Tracce	1	1	Tracce	1

(*) dati riferiti a una quantità di 100 g di alimento.