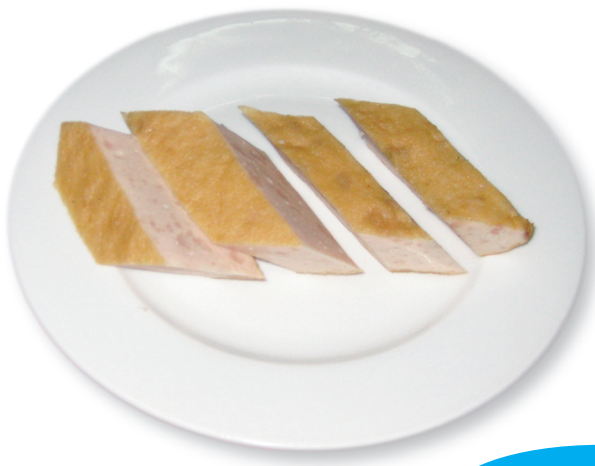


CHẢ LỢN



414kcal/đĩa

Thành phần/đĩa

- Chả lợn: 80g

Giá trị dinh dưỡng/đĩa

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
414kcal	8,6g	40,3g	4,1g	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	19mg	0,02mg	775mg	-	-	-

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 1937,5mg (1,94g)

CHẢ QUẾ



108kcal/miếng

Thành phần/miếng

- Chả quế: 26g

Giá trị dinh dưỡng/miếng

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
108kcal	4,2g	10,1g	0	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri*	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	5mg	0,56mg	271mg	-	-	-

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 677,5mg (0,68g)

CHẢ MỰC



373kcal

Thành phần

- Mực tươi: 180g
- Bột mỳ: 36g
- Dầu TV: 10g
- Muối: 1g

Giá trị dinh dưỡng

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
373kcal	32,3g	12,9g	32g	0,1g	18µg	-
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
8mg	37mg	1,81mg	471mg	491mg	2,16mg	419mg

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 1177,5mg (1,18g)

GIÒ BÒ



428kcal/đĩa

Thành phần/đĩa

- Giò bò: 120g

Giá trị dinh dưỡng/đĩa

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
428kcal	16,6g	40,2g	0	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	21,4mg	3,81mg	-	-	-	-

GIÒ LỢN CHIẾC DÀI



54kcal/cái

Thành phần/cái

- Giò lợn: 40g

Giá trị dinh dưỡng/cái

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
54kcal	8,6g	2,2g	0	0	-	-
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	-	-	436mg	-	-	-

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 1090mg (1,09g)

GIÒ LỢN KHOANH CẮT MIẾNG



130kcal/đĩa

Thành phần/đĩa

- Giò lợn: 96g

Giá trị dinh dưỡng/đĩa

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
130kcal	20,6g	5,3g	0	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri*	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	-	-	1046mg	-	-	-

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 2615mg (2,62g)

GIÒ XÀO



685kcal

Thành phần

- Lưỡi lợn: 100g
- Tai lợn: 60g
- Thịt chân giò: 100g
- Mộc nhĩ: 20g
- Nấm hương: 10g
- Muối: 2g
- Hạt tiêu: 1g

Giá trị dinh dưỡng

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
685kcal	53g	46g	16g	3g	-	-
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
-	136mg	21mg	1066mg	733mg	7mg	223mg

Tổng lượng muối trong món ăn tương đương: 2665mg (2,67g)

LẠP XƯƠNG



269kcal

Thành phần

- Lạp xưởng: 46g

Giá trị dinh dưỡng

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
269kcal	9,6g	25,3g	0,8g	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	24mg	1,38mg	-	-	-	-

NEM CHUA



49kcal/đĩa

Thành phần/đĩa

- Nem chua: 36g

Giá trị dinh dưỡng/đĩa

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
49kcal	7,8g	1,3g	1,5g	0	-	0
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	8,6mg	-	-	-	-	-

XÚC XÍCH BÒ



187kcal/cái

Thành phần/cái

- Xúc xích bò: 35g

Giá trị dinh dưỡng/cái

Năng lượng	Protein	Lipid	Glucid	Xơ	Vitamin A	Beta-caroten
187kcal	9,5g	16,6g	0	0	-	-
Vitamin C	Canxi	Sắt	Natri	Kali	Kẽm	Cholesterol
0	2,5mg	0,66mg	-	-	-	-