

# Información nutricional de «Pechugas con ensalada»

453 kcal

Porción de 300 g

Grasas

Carbohidratos

Proteínas

## Grasas

47,13 g

9,153 g

Saturada

20,55 g

Poliinsaturada

13,509 g

Monoinsaturada

Las grasas son componentes importantes de la alimentación y la fuente de energía más concentrada. Son insolubles en agua y transportan las vitaminas A, D, E y K y proporcionan al organismo los ácidos grasos esenciales.