

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÊ MỠ

STT: 279

Tên tiếng Anh (English):

Veal meat, lean and fat

Mã số: 7001

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	72.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	144		Daidzein	mg	0	3
	KJ	600		Genistein	mg	0	3
Protein	g	19.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	7.5	1	Tổng số acid béo no	g	3.350	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	1.760	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	1.100	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	3.040	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	8	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.350	3
Sắt (Iron)	mg	1.70	1	Oleic (C18:1)	g	2.600	3
Magiê (Magnesium)	mg	24	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.510	3
Mangan (Manganese)	mg	0.030	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	188	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.390	3
Kali (Potassium)	mg	329	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.060	3
Natri (Sodium)	mg	76	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.060	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.55	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	110	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	8.5	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	2	1	Cholesterol	mg	78	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.23	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.25	1	Lysin	mg	1544	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	6.2	1	Methionin	mg	473	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.36	3	Tryptophan	mg	199	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.49	3	Phenylalanin	mg	756	1
Folat (Folate)	µg	13	3	Threonin	mg	788	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	977	1
Vitamin H (Biotin)	µg	0	5	Leucin	mg	1481	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.27	3	Isoleucin	mg	946	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Arginin	mg	1229	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	630	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.25	3	Cystin	mg	158	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	4.6	3	Tyrosin	mg	662	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1135	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1734	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2648	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1009	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	851	1
Purin	mg	-		Serin	mg	788	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÊ NẠC

Tên tiếng Anh (English):

Veal meat, lean only

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:

280

Mã số:

7002

Thải bỏ (%):

2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	78.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	85		Daidzein	mg	0	3
	KJ	354		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.5	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	0.780	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.440	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.3	1	Stearic (C18:0)	g	0.270	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	0.830	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.080	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	0.740	3
Calci (Calcium)	mg	8	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.270	3
Sắt (Iron)	mg	1.70	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.190	3
Magiê (Magnesium)	mg	26	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Mangan (Manganese)	mg	0.030	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.070	3
Phospho (Phosphorous)	mg	176	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	348	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	80	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.73	3	Cholesterol	mg	79	3
Đồng (Copper)	µg	116	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	8.7	3	Lysin	mg	1561	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	2	1	Methionin	mg	478	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.23	1	Tryptophan	mg	201	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.25	1	Phenylalanin	mg	764	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	6.2	1	Threonin	mg	796	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.45	3	Valin	mg	987	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.52	3	Leucin	mg	1496	1
Folat (Folate)	µg	14	3	Isoleucin	mg	955	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	1242	1
Vitamin H (Biotin)	µg	0	5	Histidin	mg	637	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.34	3	Cystin	mg	159	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	669	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1146	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.25	3	Acid aspartic	mg	1751	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2675	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1019	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	860	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	796	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	172	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ LOẠI I

STT: 281

Tên tiếng Anh (English):

Beef, grade I

Mã số: 7003

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	118		Daidzein	mg	0	3
	KJ	495		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.8	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.900	1
Tro (Ash)	g	1.1	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.630	1
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	12	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	3.10	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	28	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	226	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.090	1
Kali (Potassium)	mg	378	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	1
Natri (Sodium)	mg	83	1	Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.20	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	160	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	59	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.17	1	Lysin	mg	1860	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.2	1	Methionin	mg	564	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	234	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	920	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	959	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	1047	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1695	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	1005	1
Vitamin A (Retinol)	µg	12	1	Arginin	mg	1321	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	713	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	268	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	752	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1221	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	179	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	3194	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1016	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	790	1
Purin	mg	-		Serin	mg	842	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ LOẠI II

Tên tiếng Anh (English):

Beef, grade II

STT:

282

Mã số:

7004

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	70.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	167		Daidzein	mg	0	3
	KJ	697		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	10.5	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.0	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	10	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	2.70	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	194	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg		
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	1557	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Methionin	mg	456	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	1	Tryptophan	mg	184	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.17	1	Phenylalanin	mg	770	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.2	1	Threonin	mg	809	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	889	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	1419	1
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	833	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	1246	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	580	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	208	1
Vitamin A (Retinol)	µg	2	1	Tyrosin	mg	595	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1181	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1633	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2773	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1484	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	982	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	740	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ, LỨNG, NẠC

STT: 283

Tên tiếng Anh (English):

Beef, top loin, seperable lean only, trimmed to 1/8" fat, prime, raw

Mã số: 7005

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	72.7	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	127		Daidzein	mg	0	3
	KJ	532		Genistein	mg	0	3
Protein	g	23.1	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.9	3	Tổng số acid béo no	g	1.430	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	0.860	3
Tro (Ash)	g	1.0	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.480	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.560	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	23	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.120	3
Sắt (Iron)	mg	1.63	3	Oleic (C18:1)	g	1.440	3
Magiê (Magnesium)	mg	24	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.170	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	214	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.140	3
Kali (Potassium)	mg	361	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Natri (Sodium)	mg	57	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.020	3
Kẽm (Zinc)	mg	4.05	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	78	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	31.2	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	40	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.08	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.12	3	Lysin	mg	1950	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	6.7	3	Methionin	mg	601	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.678	3	Tryptophan	mg	152	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.651	3	Phenylalanin	mg	911	3
Folat (Folate)	µg	13	3	Threonin	mg	922	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1145	3
Vitamin H (Biotin)	µg	0	5	Leucin	mg	1835	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.98	3	Isoleucin	mg	1050	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	3	Arginin	mg	1492	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	736	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.29	3	Cystin	mg	298	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	1.2	3	Tyrosin	mg	735	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1403	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	2102	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	3464	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1405	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	1100	3
Purin	mg	133	4	Serin	mg	909	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ, LỨNG, NẠC VÀ MỠ

STT: 284

Tên tiếng Anh (English):

Beef, top loin, seperable lean only, trimmed to 1/4" fat, prime, raw

Mã số: 7006

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	67.4	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	182		Daidzein	mg	0	3
	KJ	763		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.5	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	10.7	3	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	4.290	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	2.540	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.9	3	Stearic (C18:0)	g	1.230	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	4.810	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.390	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	4.190	3
Calci (Calcium)	mg	5	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.390	3
Sắt (Iron)	mg	1.78	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.310	3
Magiê (Magnesium)	mg	22	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.050	3
Phospho (Phosphorous)	mg	185	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	349	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	59	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	3.64	3	Cholesterol	mg	59	3
Đồng (Copper)	µg	78	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	17.8	3	Lysin	mg	1791	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	551	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	3	Tryptophan	mg	241	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.15	3	Phenylalanin	mg	841	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.5	3	Threonin	mg	940	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.36	3	Valin	mg	1047	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.44	3	Leucin	mg	1702	3
Folat (Folate)	µg	7	3	Isoleucin	mg	968	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	1361	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	737	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.05	3	Cystin	mg	241	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	3	Tyrosin	mg	723	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1299	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1967	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	3235	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1175	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	951	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	823	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ CÂU RA RÀNG

STT: 285

Tên tiếng Anh (English):

Pigeon young bird flesh skin and giblets

Mã số: 7007

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 60.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	51.7	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	340		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1423		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	30.0	1	Tổng số acid béo no	g	8.430	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	4.790	3
Tro (Ash)	g	0.8	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	2.690	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	9.720	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	45	1	Palmitoleic (C16:1)	g	3.470	3
Sắt (Iron)	mg	5.40	1	Oleic (C18:1)	g	6.260	3
Magiê (Magnesium)	mg	22	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	3.070	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	217	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	2.670	3
Kali (Potassium)	mg	199	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	54	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.160	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.20	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.010	3
Đồng (Copper)	µg	437	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.020	3
Selen (Selenium)	µg	13.3	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	5	3	Cholesterol	mg	95	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.28	1	Lysin	mg	1537	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.3	1	Methionin	mg	552	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.76	3	Tryptophan	mg	268	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.41	3	Phenylalanin	mg	773	3
Folat (Folate)	µg	6	3	Threonin	mg	884	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	967	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1506	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.4	3	Isoleucin	mg	943	3
Vitamin A (Retinol)	µg	73	3	Arginin	mg	1210	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	647	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	320	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	789	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1194	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1557	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2378	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1491	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	839	3
Purin	mg	-		Serin	mg	878	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT CHÓ SẤN

Tên tiếng Anh (English):

Dog meat

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:

286

Mã số:

7008

Thải bỏ (%):

2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	53.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	338		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1413		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	30.4	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.6	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	16	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	1.00	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	43	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.08	1	Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.8	1	Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT CHÓ VAI

STT: 287

Tên tiếng Anh (English):

Dog, shoulder

Mã số: 7009

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	63.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	230		Daidzein	mg	0	3
	KJ	964		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	17.6	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.6	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	20	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.70	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	36	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.08	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.8	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT CỪU, NẠC**

Tên tiếng Anh (English): Mutton meat, lean

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 288

Mã số: 7010

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	65.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	219		Daidzein	mg	0	3
	KJ	915		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	17.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	6.700	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	3.300	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.8	1	Stearic (C18:0)	g	2.500	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	9.700	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.000	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	7.500	3
Calci (Calcium)	mg	9	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	2.50	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.200	3
Magiê (Magnesium)	mg	27	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.300	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	177	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	256	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	91	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.90	1	Cholesterol	mg	78	3
Đồng (Copper)	µg	160	1	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	17.8	1	Lysin	mg	1580	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	3	1	Methionin	mg	441	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.17	1	Tryptophan	mg	212	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.15	1	Phenylalanin	mg	598	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.8	1	Threonin	mg	764	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	870	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	1395	1
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	933	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	212	1
Vitamin H (Biotin)	µg	1	5	Histidin	mg	870	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	307	1
Vitamin A (Retinol)	µg	30	1	Tyrosin	mg	598	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1300	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	454	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1028	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1466	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	2320	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	794	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	182	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT DÊ, NẠC

STT: 289

Tên tiếng Anh (English):

Goat, meat, lean

Mã số: 7011

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	122		Daidzein	mg	0	3
	KJ	508		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.3	1	Tổng số acid béo no	g	0.710	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.330	3
Tro (Ash)	g	0.6	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.330	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.030	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	11	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.040	3
Sắt (Iron)	mg	2.00	1	Oleic (C18:1)	g	0.940	3
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.170	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	129	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.100	3
Kali (Potassium)	mg	385	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Natri (Sodium)	mg	82	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.060	3
Kẽm (Zinc)	mg	4.00	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	256	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	8.8	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	57	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.07	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.13	1	Lysin	mg	1532	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.9	1	Methionin	mg	552	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	306	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	715	3
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	981	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1103	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1716	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.13	3	Isoleucin	mg	1042	3
Vitamin A (Retinol)	µg	91	1	Arginin	mg	1512	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	429	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	245	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	633	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT GÀ RỪNG**

Tên tiếng Anh (English):**Grouse field chicken**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:290

Mã số:7012

Thải bỏ (%):58.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	69.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	141		Daidzein	mg	0	3
	KJ	589		Genistein	mg	0	3
Protein	g	24.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.8	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.1	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	14	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.40	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	263	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT GÀ TA

STT: 291

Tên tiếng Anh (English):

Chicken meat, average

Mã số: 7013

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 52.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	65.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	199		Daidzein	mg	0	3
	KJ	833		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	13.1	1	Tổng số acid béo no	g	4.310	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	3.150	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.870	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	6.240	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	12	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.830	3
Sắt (Iron)	mg	1.50	1	Oleic (C18:1)	g	5.170	3
Magiê (Magnesium)	mg	29	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	3.230	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	200	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	2.880	3
Kali (Potassium)	mg	189	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.140	3
Natri (Sodium)	mg	70	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.080	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.50	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.010	3
Đồng (Copper)	µg	48	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.030	3
Selen (Selenium)	µg	14.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	4	1	Cholesterol	mg	75	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.15	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.16	1	Lysin	mg	1859	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	8.1	1	Methionin	mg	653	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.91	3	Tryptophan	mg	246	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.35	3	Phenylalanin	mg	717	1
Folat (Folate)	µg	6	3	Threonin	mg	787	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	972	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1629	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.31	3	Isoleucin	mg	1293	1
Vitamin A (Retinol)	µg	120	3	Arginin	mg	1190	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	432	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.3	3	Cystin	mg	288	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	1.5	3	Tyrosin	mg	595	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1088	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1965	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2848	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	797	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	925	1
Purin	mg	-		Serin	mg	938	1

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT GÀ TÂY**
 Tên tiếng Anh (English): Turkey raw flesh and skin giblets
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 292
 Mã số: 7014
 Thải bỏ (%): 53.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	63.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	218		Daidzein	mg	0	3
	KJ	913		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	15.3	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	3.660	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	2.430	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Stearic (C18:0)	g	0.820	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	4.940	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.840	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	3.990	3
Calci (Calcium)	mg	24	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	3.230	3
Sắt (Iron)	mg	3.20	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	2.830	3
Magiê (Magnesium)	mg	18	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.180	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.140	3
Phospho (Phosphorous)	mg	320	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	236	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.030	3
Natri (Sodium)	mg	66	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.67	3	Cholesterol	mg	74	1
Đồng (Copper)	µg	127	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	26.4	3	Lysin	mg	1356	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	459	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.06	1	Tryptophan	mg	198	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.08	1	Phenylalanin	mg	631	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	7.0	1	Threonin	mg	760	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.917	3	Valin	mg	810	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.29	3	Leucin	mg	1267	1
Folat (Folate)	µg	9	3	Isoleucin	mg	746	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1088	1
Vitamin H (Biotin)	µg	2	5	Histidin	mg	472	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.36	3	Cystin	mg	154	1
Vitamin A (Retinol)	µg	180	1	Tyrosin	mg	538	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1042	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1622	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2536	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1071	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	829	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	666	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	110	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT Hươu

STT: 293

Tên tiếng Anh (English):

Deer meat

Mã số: 7015

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	77.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	94		Daidzein	mg	0	3
	KJ	393		Genistein	mg	0	3
Protein	g	19.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	2.0	1	Tổng số acid béo no	g	0.950	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.410	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.510	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.670	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	11	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.030	3
Sắt (Iron)	mg	2.80	1	Oleic (C18:1)	g	0.630	3
Magiê (Magnesium)	mg	23	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.470	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	205	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.310	3
Kali (Potassium)	mg	318	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.070	3
Natri (Sodium)	mg	51	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.100	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.09	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	253	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	9.7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	85	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.26	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.60	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.1	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.37	3	Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	4	3	Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	6.31	3	Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	8	1	Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.2	3	Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	1.1	3	Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):
Tên tiếng Anh (English):
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

THỊT LỢN MỠ
Pork, lean and fat

STT: 294
Mã số: 7016
Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	47.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	394		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1647		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	37.3	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	12.440	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	7.650	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Stearic (C18:0)	g	4.200	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	15.930	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.990	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	14.660	3
Calci (Calcium)	mg	8	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	3.800	3
Sắt (Iron)	mg	0.40	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	3.300	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.290	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.110	3
Phospho (Phosphorous)	mg	156	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	253	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	42	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	1.59	3	Cholesterol	mg	74	3
Đồng (Copper)	µg	55	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	28.4	3	Lysin	mg	1230	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	347	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.00	1	Tryptophan	mg	160	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.00	1	Phenylalanin	mg	547	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.0	1	Threonin	mg	610	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.526	3	Valin	mg	737	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.284	3	Leucin	mg	1088	3
Folat (Folate)	µg	4	3	Isoleucin	mg	616	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	911	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	509	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.61	3	Cystin	mg	169	3
Vitamin A (Retinol)	µg	2	3	Tyrosin	mg	454	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	832	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1249	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2062	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	868	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	672	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	574	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT LỢN NẠC

STT: 295

Tên tiếng Anh (English):

Pork, lean

Mã số: 7017

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	73.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	139		Daidzein	mg	0	3
	KJ	582		Genistein	mg	0	3
Protein	g	19.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	7.0	1	Tổng số acid béo no	g	2.470	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	1.570	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.770	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	3.230	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.230	3
Sắt (Iron)	mg	0.96	1	Oleic (C18:1)	g	2.930	3
Magiê (Magnesium)	mg	32	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.770	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	190	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.620	3
Kali (Potassium)	mg	341	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	3
Natri (Sodium)	mg	76	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.090	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.50	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	190	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	23.9	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	3	Cholesterol	mg	67	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.90	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.18	1	Lysin	mg	1440	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.4	1	Methionin	mg	400	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.822	3	Tryptophan	mg	230	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.415	3	Phenylalanin	mg	690	1
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	740	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	910	1
Vitamin H (Biotin)	µg	2.6	5	Leucin	mg	1190	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.84	3	Isoleucin	mg	940	1
Vitamin A (Retinol)	µg	2	3	Arginin	mg	1010	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	510	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	202	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	644	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	990	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1607	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2603	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1023	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	821	1
Purin	mg	166	4	Serin	mg	752	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT LỢN NỬA NẠC, NỬA MỠ

STT: 296

Tên tiếng Anh (English):

Pork, medium fat

Mã số: 7018

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	60.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	260		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1086		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	21.5	1	Tổng số acid béo no	g	7.290	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	4.520	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	2.410	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	9.340	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	9	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.580	3
Sắt (Iron)	mg	1.50	1	Oleic (C18:1)	g	8.580	3
Magiê (Magnesium)	mg	19	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	2.240	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	178	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.880	3
Kali (Potassium)	mg	285	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.160	3
Natri (Sodium)	mg	55	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.090	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.91	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	63	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	28.7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	2	1	Cholesterol	mg	68	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.53	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.16	1	Lysin	mg	1517	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	2.7	1	Methionin	mg	432	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.672	3	Tryptophan	mg	202	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.393	3	Phenylalanin	mg	674	3
Folat (Folate)	µg	4	3	Threonin	mg	757	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	911	3
Vitamin H (Biotin)	µg	2.6	5	Leucin	mg	1344	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.6	3	Isoleucin	mg	767	3
Vitamin A (Retinol)	µg	10	1	Arginin	mg	1104	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	640	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	210	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	567	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1014	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1547	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2568	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	999	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	789	3
Purin	mg	-		Serin	mg	705	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT NGŨNG

STT: 297

Tên tiếng Anh (English):

Goose

Mã số: 7019

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 52.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	46.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	409		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1710		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	39.2	1	Tổng số acid béo no	g	9.780	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	6.950	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	2.330	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	17.770	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	13	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.980	3
Sắt (Iron)	mg	1.80	1	Oleic (C18:1)	g	16.680	3
Magiê (Magnesium)	mg	18	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	3.760	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	210	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	3.340	3
Kali (Potassium)	mg	308	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.210	3
Natri (Sodium)	mg	73	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.72	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	270	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	14.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	4	3	Cholesterol	mg	80	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.20	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.19	1	Lysin	mg	1252	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.7	1	Methionin	mg	350	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.294	3	Tryptophan	mg	204	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.39	3	Phenylalanin	mg	618	1
Folat (Folate)	µg	4	3	Threonin	mg	651	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	699	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1199	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.34	3	Isoleucin	mg	641	1
Vitamin A (Retinol)	µg	17	3	Arginin	mg	948	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	395	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	99	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	501	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	888	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1330	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2231	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	869	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	627	1
Purin	mg	165	4	Serin	mg	565	1

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT NGỰA**
 Tên tiếng Anh (English): Horse meat
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 298
 Mã số: 7020
 Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	66.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	176		Daidzein	mg	0	3
	KJ	736		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	10.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	3.480	5
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	2.670	5
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.050	5
Tro (Ash)	g	1.7	1	Stearic (C18:0)	g	0.760	5
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	5
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	5
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	5
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	3.200	5
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	5
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.480	5
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	2.670	5
Calci (Calcium)	mg	13	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	2.250	5
Sắt (Iron)	mg	3.10	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.100	5
Magiê (Magnesium)	mg	20	5	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.960	5
Mangan (Manganese)	mg	0.020	5	Arachidonic (C20:4)	g	0.190	5
Phospho (Phosphorous)	mg	200	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	5
Kali (Potassium)	mg	291	5	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	5
Natri (Sodium)	mg	62	5	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	4.61	5	Cholesterol	mg	75	5
Đồng (Copper)	µg	140	5	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	6	5	Lysin	mg	2150	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Methionin	mg	602	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.07	1	Tryptophan	mg	217	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.10	1	Phenylalanin	mg	819	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.2	1	Threonin	mg	839	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.6	5	Valin	mg	1077	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.5	5	Leucin	mg	2043	1
Folat (Folate)	µg	8	5	Isoleucin	mg	1398	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	5	Arginin	mg	1548	1
Vitamin H (Biotin)	µg	2.6	5	Histidin	mg	602	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.1	5	Cystin	mg	280	1
Vitamin A (Retinol)	µg	37	5	Tyrosin	mg	796	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.30	5	Alanin	mg	1163	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.23	5	Acid aspartic	mg	1785	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	5	Acid glutamic	mg	2625	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	925	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	860	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	908	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	200	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT THỎ NHÀ**

Tên tiếng Anh (English):Rabbit meat, raw

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:299

Mã số:7021

Thải bỏ (%):45.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	69.3	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	158		Daidzein	mg	0	3
	KJ	661		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	8.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	1.660	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	1.250	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.2	1	Stearic (C18:0)	g	0.260	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	1.500	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.180	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	1.280	3
Calci (Calcium)	mg	21	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.080	3
Sắt (Iron)	mg	1.60	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.860	3
Magiê (Magnesium)	mg	19	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.220	3
Mangan (Manganese)	mg	0.030	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	224	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	330	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	41	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	1.57	3	Cholesterol	mg	57	3
Đồng (Copper)	µg	145	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	23.7	3	Lysin	mg	1811	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	675	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.08	1	Tryptophan	mg	337	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.06	1	Phenylalanin	mg	781	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	7.6	1	Threonin	mg	1136	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.8	3	Valin	mg	1420	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.5	3	Leucin	mg	1456	1
Folat (Folate)	µg	8	3	Isoleucin	mg	1207	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1243	1
Vitamin H (Biotin)	µg	1	5	Histidin	mg	568	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	7.16	3	Cystin	mg	273	1
Vitamin A (Retinol)	µg	10	5	Tyrosin	mg	746	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1314	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.4	5	Acid aspartic	mg	2201	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	5	Acid glutamic	mg	3550	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1136	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	1101	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	1139	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	132	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT THỎ RỪNG**STT:300

Tên tiếng Anh (English):Hare rabbit (field or wild)Mã số:7022

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)Thải bỏ (%):45.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.3	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	103		Daidzein	mg	0	3
	KJ	431		Genistein	mg	0	3
Protein	g	23.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.0	1	Tổng số acid béo no	g	0.690	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	(Total saturated fatty acid)			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.520	3
Tro (Ash)	g	1.2	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.110	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.630	3
Glucoza (Glucose)	g	-		(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	17	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.080	3
Sắt (Iron)	mg	4.80	1	Oleic (C18:1)	g	0.540	3
Magiê (Magnesium)	mg	29	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.450	3
Mangan (Manganese)	mg	-		(Total polyunsaturated fatty acid)			
Phospho (Phosphorous)	mg	226	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.360	3
Kali (Potassium)	mg	378	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.090	3
Natri (Sodium)	mg	50	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	9.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	81	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.09	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.06	1	Lysin	mg	1908	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	8.1	1	Methionin	mg	545	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	288	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	895	3
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	975	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	1108	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1698	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	1034	3
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	1346	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	611	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	274	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	776	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1315	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	2129	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	3496	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1183	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	1065	3
Purin	mg	-		Serin	mg	966	3

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT TRÂU**
 Tên tiếng Anh (English): **Buffalo meat, average**
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 301
 Mã số: 7023
 Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	76.3	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	97		Daidzein	mg	0	3
	KJ	408		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.4	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.4	3	Tổng số acid béo no	g	0.460	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.9	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	0.250	3
Tro (Ash)	g	1.1	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.190	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.420	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	12	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.030	3
Sắt (Iron)	mg	1.61	3	Oleic (C18:1)	g	0.370	3
Magiê (Magnesium)	mg	32	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.270	3
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	197	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.160	3
Kali (Potassium)	mg	297	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.040	3
Natri (Sodium)	mg	53	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.070	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.93	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	151	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	9	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	46	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	3	Lysin	mg	1610	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	6.0	3	Methionin	mg	511	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.16	3	Tryptophan	mg	249	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.53	3	Phenylalanin	mg	817	3
Folat (Folate)	µg	8	3	Threonin	mg	976	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1084	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1755	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	1023	3
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	1278	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	675	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	326	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	818	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	2034	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2956	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	795	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	780	3
Purin	mg	-		Serin	mg	875	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT TRÂU BẮP**

Tên tiếng Anh (English):**Buffalo meat (shoulder)**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:302

Mã số:7024

Thải bỏ (%):2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	115		Daidzein	mg	0	3
	KJ	479		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.9	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.9	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	30	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	150	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT TRÂU CỔ

STT: 303

Tên tiếng Anh (English):

Buffalo meat, neck

Mã số: 7025

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	112		Daidzein	mg	0	3
	KJ	467		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.9	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.1	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.1	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	20	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	160	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT TRÂU ĐÙI**

Tên tiếng Anh (English):**Buffalo meat, leg**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:304

Mã số:7026

Thải bỏ (%):2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	112		Daidzein	mg	0	3
	KJ	468		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.0	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	(Total saturated fatty acid)			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.9	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	20	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		(Total polyunsaturated fatty acid)			
Phospho (Phosphorous)	mg	215	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT TRÂU THẺ**
 Tên tiếng Anh (English): Buffalo meat, lean (loin)
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 305
 Mã số: 7027
 Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	73.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	121		Daidzein	mg	0	3
	KJ	506		Genistein	mg	0	3
Protein	g	22.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.3	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.9	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	26	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	3.30	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	165	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.06	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.16	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	3.5	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	5	1	Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **THỊT VỊT**
 Tên tiếng Anh (English): Duck meat, average
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 306
 Mã số: 7028
 Thải bỏ (%): 55.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	59.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	267		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1119		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	21.8	1	Tổng số acid béo no	g	7.330	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	5.310	3
Tro (Ash)	g	0.9	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	1.770	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	10.360	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	13	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.850	3
Sắt (Iron)	mg	1.80	1	Oleic (C18:1)	g	9.270	3
Magiê (Magnesium)	mg	15	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g		3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>		2.815	
Phospho (Phosphorous)	mg	145	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	2.600	3
Kali (Potassium)	mg	209	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.220	3
Natri (Sodium)	mg	63	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.36	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	236	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	12.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	3	3	Cholesterol	mg	76	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.07	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.15	1	Lysin	mg	912	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.7	1	Methionin	mg	291	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.951	3	Tryptophan	mg	144	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.19	3	Phenylalanin	mg	459	3
Folat (Folate)	µg	13	3	Threonin	mg	471	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	573	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	900	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.25	3	Isoleucin	mg	537	3
Vitamin A (Retinol)	µg	270	1	Arginin	mg	770	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	283	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.7	3	Cystin	mg	180	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	5.5	3	Tyrosin	mg	395	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	777	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1102	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1709	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	928	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	686	3
Purin	mg	138	4	Serin	mg	488	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

BẦU DỤC BÒ

STT: 307

Tên tiếng Anh (English):

Beef, kidney

Mã số: 7029

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 7.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	84.3	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	67		Daidzein	mg	0	3
	KJ	282		Genistein	mg	0	3
Protein	g	12.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.8	1	Tổng số acid béo no	g	0.870	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.3	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.390	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Margaric (C17:0)	g	0.020	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.370	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.010	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.040	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.590	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	9	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.040	3
Sắt (Iron)	mg	7.10	1	Oleic (C18:1)	g	0.540	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.550	3
Mangan (Manganese)	mg	0.100	1	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	219	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.290	3
Kali (Potassium)	mg	262	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Natri (Sodium)	mg	200	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.230	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.92	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	323	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	141	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.1	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	6	1	Cholesterol	mg	411	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.40	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.75	1	Lysin	mg	1138	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.1	1	Methionin	mg	451	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	3.97	3	Tryptophan	mg	172	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.665	3	Phenylalanin	mg	809	1
Folat (Folate)	µg	98	3	Threonin	mg	667	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	919	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1514	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	27.5	3	Isoleucin	mg	1011	1
Vitamin A (Retinol)	µg	330	1	Arginin	mg	971	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.80	3	Histidin	mg	446	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.22	3	Cystin	mg	286	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	575	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	824	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1183	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2241	1
Lycopen	µg	20	3	Glycin	mg	1106	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	779	1
Purin	mg	-		Serin	mg	732	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):**BẦU DỤC LỢN**STT:308

Tên tiếng Anh (English):Pork, kidneyMã số:7030

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)Thải bỏ (%):2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	82.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	81		Daidzein	mg	0	3
	KJ	339		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.1	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	1.040	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.3	1	Palmitic (C16:0)	g	0.580	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Stearic (C18:0)	g	0.410	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	1.070	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.090	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	0.970	3
Calci (Calcium)	mg	8	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.260	3
Sắt (Iron)	mg	8.00	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.170	3
Magiê (Magnesium)	mg	17	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Mangan (Manganese)	mg	0.100	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.080	3
Phospho (Phosphorous)	mg	223	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	390	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	121	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.75	3	Cholesterol	mg	319	3
Đồng (Copper)	µg	445	1	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	190	3	Lysin	mg	1330	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	5	1	Methionin	mg	339	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.38	1	Tryptophan	mg	209	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.12	1	Phenylalanin	mg	548	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.8	1	Threonin	mg	704	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	3.13	3	Valin	mg	913	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.44	3	Leucin	mg	1728	1
Folat (Folate)	µg	42	3	Isoleucin	mg	678	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	913	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	574	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	8.49	3	Cystin	mg	235	1
Vitamin A (Retinol)	µg	150	1	Tyrosin	mg	522	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	861	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1434	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2008	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	965	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	913	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	782	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	334	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

BÌ LỢN

STT: 309

Tên tiếng Anh (English):

Pork skin

Mã số: 7031

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 10.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	73.3	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	118		Daidzein	mg	0	3
	KJ	492		Genistein	mg	0	3
Protein	g	23.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	2.7	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	11	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.40	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	8	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.29	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.05	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **CHÂN GIÒ LỢN**
 Tên tiếng Anh (English): **Pork, leg**
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 310
 Mã số: 7032
 Thải bỏ (%): 38.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	64.7	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	230		Daidzein	mg	0	3
	KJ	963		Genistein	mg	0	3
Protein	g	15.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	18.6	1	Tổng số acid béo no	g	6.540	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	4.060	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	2.160	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	8.380	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	24	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.530	3
Sắt (Iron)	mg	2.10	1	Oleic (C18:1)	g	7.700	3
Magiê (Magnesium)	mg	20	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	2.010	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	106	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.690	3
Kali (Potassium)	mg	315	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.140	3
Natri (Sodium)	mg	47	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.090	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.93	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	65	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	29.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	3	Cholesterol	mg	73	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.01	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.07	1	Lysin	mg	1550	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.6	1	Methionin	mg	444	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.685	3	Tryptophan	mg	208	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.401	3	Phenylalanin	mg	689	3
Folat (Folate)	µg	7	3	Threonin	mg	776	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	931	3
Vitamin H (Biotin)	µg	2.6	5	Leucin	mg	1376	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.63	3	Isoleucin	mg	787	3
Vitamin A (Retinol)	µg	30	1	Arginin	mg	1120	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	659	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	216	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	583	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1032	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1584	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2636	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	992	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	790	3
Purin	mg	160	4	Serin	mg	720	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

DẠ DÀY BÒ

STT: 311

Tên tiếng Anh (English):

Stomach, beef

Mã số: 7033

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 5.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	80.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	97		Daidzein	mg	0	3
	KJ	406		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.2	1	Tổng số acid béo no	g	1.290	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.640	3
Tro (Ash)	g	0.5	1	Margaric (C17:0)	g	0.080	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.460	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.010	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.530	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	150	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.090	3
Sắt (Iron)	mg	0.90	1	Oleic (C18:1)	g	1.410	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.180	3
Mangan (Manganese)	mg	0.090	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	85	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.120	3
Kali (Potassium)	mg	67	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Natri (Sodium)	mg	97	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.050	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.42	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	70	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	12.5	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.15	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	122	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	1	Lysin	mg	933	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	3.6	1	Methionin	mg	280	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.227	3	Tryptophan	mg	149	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.014	3	Phenylalanin	mg	448	1
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	504	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	579	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	784	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.39	3	Isoleucin	mg	467	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Arginin	mg	821	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	336	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.09	3	Cystin	mg	149	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	336	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	784	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	989	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1754	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1213	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	989	1
Purin	mg	-		Serin	mg	579	1

Tên thực phẩm (Vietnamese): **DẠ DÀY LỢN**
 Tên tiếng Anh (English): Stomach, hog
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 312
 Mã số: 7034
 Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	81.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	85		Daidzein	mg	0	3
	KJ	354		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	2.9	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	4.030	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	2.260	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.030	3
Tro (Ash)	g	0.8	1	Stearic (C18:0)	g	1.590	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.020	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	3.590	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.000	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	8	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.890	3
Sắt (Iron)	mg	1.40	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.720	3
Magiê (Magnesium)	mg	11	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.110	3
Phospho (Phosphorous)	mg	144	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	140	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	75	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.13	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.85	3	Cholesterol	mg	223	3
Đồng (Copper)	µg	169	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	31.1	3	Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.05	1	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.18	1	Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	2.5	1	Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.22	3	Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.034	3	Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	3	3	Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.3	3	Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.04	3	Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

ĐẦU BÒ

STT: 313

Tên tiếng Anh (English):

Head beef (without tongue, brain, ears).

Mã số: 7035

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 68.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	68.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	185		Daidzein	mg	0	3
	KJ	774		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	12.5	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

ĐẦU LỢN

STT: 314

Tên tiếng Anh (English):

Hog, head

Mã số: 7036

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 68.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	54.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	335		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1403		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	31.3	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

ĐUÔI BÒ

STT: 315

Tên tiếng Anh (English):

Beef, tail

Mã số: 7037

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 46.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	73.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	137		Daidzein	mg	0	3
	KJ	574		Genistein	mg	0	3
Protein	g	19.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	6.5	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.8	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	2.50	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	162	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.03	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.03	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.4	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **ĐUÔI LỢN**

STT: 316

Tên tiếng Anh (English): Hog, tail

Mã số: 7038

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 30.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	41.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	467		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1954		Genistein	mg	0	3
Protein	g	10.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	47.1	1	Tổng số acid béo no	g	11.640	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	7.600	3
Tro (Ash)	g	0.3	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	3.510	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	15.800	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	18	3	Palmitoleic (C16:1)	g	1.220	3
Sắt (Iron)	mg	0.99	3	Oleic (C18:1)	g	14.580	3
Magiê (Magnesium)	mg	8	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	3.680	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	50	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	3.190	3
Kali (Potassium)	mg	349	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.280	3
Natri (Sodium)	mg	63	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.210	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.31	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	84	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	2.7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	97	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.21	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.11	3	Lysin	mg	616	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	2.1	3	Methionin	mg	195	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.673	3	Tryptophan	mg	54	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.37	3	Phenylalanin	mg	291	3
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	335	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	313	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	551	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.88	3	Isoleucin	mg	248	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	3	Arginin	mg	723	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	184	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	140	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	195	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	778	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	842	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1296	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1437	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	918	3
Purin	mg	-		Serin	mg	421	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

GAN BÒ

STT: 317

Tên tiếng Anh (English):

Beef, liver

Mã số: 7039

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	75.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	109		Daidzein	mg	0	3
	KJ	458		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.1	1	Tổng số acid béo no	g	1.230	3
Glucid (Carbohydrate)	g	3.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.310	3
Tro (Ash)	g	1.3	1	Margaric (C17:0)	g	0.030	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.860	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.010	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.480	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	5	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.040	3
Sắt (Iron)	mg	9.00	1	Oleic (C18:1)	g	0.420	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.470	3
Mangan (Manganese)	mg	0.300	1	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	340	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.300	3
Kali (Potassium)	mg	213	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Natri (Sodium)	mg	110	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.140	3
Kẽm (Zinc)	mg	4.00	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	1500	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	39.7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.17	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	30	1	Cholesterol	mg	275	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.40	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	3.00	1	Lysin	mg	1523	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	17.0	1	Methionin	mg	641	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	7.713	3	Tryptophan	mg	280	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	1.083	3	Phenylalanin	mg	1122	1
Folat (Folate)	µg	290	3	Threonin	mg	754	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1388	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1818	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	59.3	3	Isoleucin	mg	1119	1
Vitamin A (Retinol)	µg	5000	1	Arginin	mg	1283	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.40	3	Histidin	mg	562	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.38	3	Cystin	mg	243	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	3.1	3	Tyrosin	mg	690	1
Beta-caroten	µg	621	3	Alanin	mg	1097	1
Alpha-caroten	µg	232	3	Acid aspartic	mg	1742	1
Beta-cryptoxanthin	µg	11	3	Acid glutamic	mg	2675	1
Lycopen	µg	13	3	Glycin	mg	1180	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	948	1
Purin	mg	-		Serin	mg	793	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):
Tên tiếng Anh (English):
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

GAN GÀ
Chicken liver

STT: 318
Mã số: 7040
Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	75.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	111		Daidzein	mg	0	3
	KJ	466		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.4	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	1.560	3
Glucid (Carbohydrate)	g	2.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.880	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.4	1	Stearic (C18:0)	g	0.660	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.010	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	1.250	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.110	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	1.130	3
Calci (Calcium)	mg	21	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.820	3
Sắt (Iron)	mg	8.20	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.480	3
Magiê (Magnesium)	mg	17	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Mangan (Manganese)	mg	0.200	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.330	3
Phospho (Phosphorous)	mg	260	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	335	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	71	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.065	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.67	3	Cholesterol	mg	345	3
Đồng (Copper)	µg	300	1	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	54.6	3	Lysin	mg	1244	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	7	1	Methionin	mg	463	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.38	1	Tryptophan	mg	179	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.63	1	Phenylalanin	mg	764	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	10.4	1	Threonin	mg	676	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	6.233	3	Valin	mg	889	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.853	3	Leucin	mg	1633	1
Folat (Folate)	µg	588	3	Isoleucin	mg	1295	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	960	1
Vitamin H (Biotin)	µg	210	5	Histidin	mg	338	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	16.58	3	Cystin	mg	213	1
Vitamin A (Retinol)	µg	3290	3	Tyrosin	mg	534	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	940	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.7	3	Acid aspartic	mg	1437	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2417	1
Beta-caroten	µg	56	3	Glycin	mg	798	1
Alpha-caroten	µg	11	3	Prolin	mg	747	1
Beta-cryptoxanthin	µg	11	3	Serin	mg	710	1
Lycopen	µg	40	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	243	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

GAN LỢN

STT: 319

Tên tiếng Anh (English):

Pork liver

Mã số: 7041

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	116		Daidzein	mg	0	3
	KJ	484		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.6	1	Tổng số acid béo no	g	1.170	3
Glucid (Carbohydrate)	g	2.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.440	3
Tro (Ash)	g	1.5	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.700	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.520	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.030	3
Sắt (Iron)	mg	12.00	1	Oleic (C18:1)	g	0.460	3
Magiê (Magnesium)	mg	17	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.870	3
Mangan (Manganese)	mg	0.300	1	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	353	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.350	3
Kali (Potassium)	mg	447	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	3
Natri (Sodium)	mg	110	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.440	3
Kẽm (Zinc)	mg	5.76	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	510	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.020	3
Selen (Selenium)	µg	52.7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	18	1	Cholesterol	mg	301	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.40	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	2.11	1	Lysin	mg	1260	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	16.2	1	Methionin	mg	600	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	6.65	3	Tryptophan	mg	340	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.69	3	Phenylalanin	mg	1150	1
Folat (Folate)	µg	211	3	Threonin	mg	900	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1170	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1580	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	26	3	Isoleucin	mg	1020	1
Vitamin A (Retinol)	µg	6000	1	Arginin	mg	1080	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	490	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	236	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	709	1
Beta-caroten	µg	-		Alanin	mg	1223	1
Alpha-caroten	µg	-		Acid aspartic	mg	1992	1
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Acid glutamic	mg	2622	1
Lycopen	µg	-		Glycin	mg	1160	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	986	1
Purin	mg	515	4	Serin	mg	1005	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):**GAN VỊT**

Tên tiếng Anh (English):**Duck liver**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:320

Mã số:7042

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	122		Daidzein	mg	0	3
	KJ	510		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.7	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	1.140	3
Glucid (Carbohydrate)	g	2.8	1	Palmitic (C16:0)	g	0.800	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.3	1	Stearic (C18:0)	g	0.630	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	0.710	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.050	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.650	3
Calci (Calcium)	mg	17	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.630	3
Sắt (Iron)	mg	4.80	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.370	3
Magiê (Magnesium)	mg	24	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Mangan (Manganese)	mg	0.260	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.260	3
Phospho (Phosphorous)	mg	177	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	230	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	140	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	3.07	3	Cholesterol	mg	515	3
Đồng (Copper)	µg	5962	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	67	3	Lysin	mg	1418	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	7	1	Methionin	mg	444	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.44	1	Tryptophan	mg	264	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.28	1	Phenylalanin	mg	932	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	9.1	1	Threonin	mg	833	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	6.184	3	Valin	mg	1181	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.76	3	Leucin	mg	1691	3
Folat (Folate)	µg	738	3	Isoleucin	mg	995	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1148	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	498	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	54	3	Cystin	mg	252	3
Vitamin A (Retinol)	µg	11984	3	Tyrosin	mg	660	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1088	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1781	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2428	3
Beta-caroten	µg	-		Glycin	mg	1088	3
Alpha-caroten	µg	-		Prolin	mg	929	3
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Serin	mg	806	3
Lycopen	µg	-					
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

GÂN CHÂN BÒ

STT: 321

Tên tiếng Anh (English):

Mã số: 7043

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	69.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	124		Daidzein	mg	0	3
	KJ	517		Genistein	mg	0	3
Protein	g	30.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.3	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.3	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):
Tên tiếng Anh (English):
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

LƯỠI BÒ
Beef tongue

STT: 322
Mã số: 7044
Thải bỏ (%): 8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	73.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	164		Daidzein	mg	0	3
	KJ	687		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	12.1	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	7.000	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.2	1	Palmitic (C16:0)	g	4.220	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.9	1	Stearic (C18:0)	g	2.100	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	7.240	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.550	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	6.550	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.900	3
Sắt (Iron)	mg	3.00	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.580	3
Magiê (Magnesium)	mg	16	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Mangan (Manganese)	mg	0.030	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.310	3
Phospho (Phosphorous)	mg	162	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	315	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	69	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.87	3	Cholesterol	mg	87	3
Đồng (Copper)	µg	170	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	9.4	3	Lysin	mg	1149	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	3	1	Methionin	mg	315	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.07	1	Tryptophan	mg	114	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.15	1	Phenylalanin	mg	615	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.8	1	Threonin	mg	648	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.653	3	Valin	mg	713	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.31	3	Leucin	mg	1113	3
Folat (Folate)	µg	7	3	Isoleucin	mg	641	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	949	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	386	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.79	3	Cystin	mg	195	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	482	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	858	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1361	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2053	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	894	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	696	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	601	3
Lycopene	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

LƯỜI LỌN

STT: 323

Tên tiếng Anh (English):

Hog, tongue

Mã số: 7045

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 3.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	70.8	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	178		Daidzein	mg	0	3
	KJ	743		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	12.8	1	Tổng số acid béo no	g	5.960	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.4	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	3.820	3
Tro (Ash)	g	0.8	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	1.730	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	8.130	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.640	3
Sắt (Iron)	mg	2.40	1	Oleic (C18:1)	g	7.300	3
Magiê (Magnesium)	mg	18	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	1.780	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	118	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.700	3
Kali (Potassium)	mg	243	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.080	3
Natri (Sodium)	mg	110	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	3.01	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	70	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	10.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	4	3	Cholesterol	mg	101	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.08	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.23	1	Lysin	mg	1333	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	3.0	1	Methionin	mg	365	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.641	3	Tryptophan	mg	188	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.24	3	Phenylalanin	mg	675	3
Folat (Folate)	µg	4	3	Threonin	mg	689	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	848	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1307	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	2.84	3	Isoleucin	mg	743	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Arginin	mg	1007	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	409	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	235	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	496	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	861	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1515	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2052	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1205	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	861	3
Purin	mg	136	4	Serin	mg	678	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

LÒNG LỢN (RUỘT GIÀ)

Tên tiếng Anh (English):

Hog, intestine large raw

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:

324

Mã số:

7046

Thải bỏ (%):

2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	76.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	167		Daidzein	mg	0	3
	KJ	697		Genistein	mg	0	3
Protein	g	6.9	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	15.1	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.8	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.6	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	12	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.50	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	55	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.09	1	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.08	1	Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.6	1	Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

LÒNG LỢN (RUỘT NON)

STT: 325

Tên tiếng Anh (English):

Hog intestine small raw without fat

Mã số: 7047

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	90.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	44		Daidzein	mg	0	3
	KJ	183		Genistein	mg	0	3
Protein	g	7.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.3	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.8	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.2	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.80	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	48	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.09	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.08	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.6	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

MỀ GÀ

STT: 326

Tên tiếng Anh (English):

Chicken gizzard

Mã số: 7048

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 4.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	75.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	99		Daidzein	mg	0	3
	KJ	415		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.3	1	Tổng số acid béo no	g	0.530	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.6	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.350	3
Tro (Ash)	g	1.2	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.170	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.510	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	48	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.070	3
Sắt (Iron)	mg	6.60	1	Oleic (C18:1)	g	0.430	3
Magiê (Magnesium)	mg	15	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.360	3
Mangan (Manganese)	mg	0.060	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	150	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.250	3
Kali (Potassium)	mg	237	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	69	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.090	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.72	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	116	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	25.5	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.06	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	4	3	Cholesterol	mg	240	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	1	Lysin	mg	1300	5
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.8	1	Methionin	mg	470	5
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.631	3	Tryptophan	mg	180	5
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.112	3	Phenylalanin	mg	760	5
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	840	5
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	820	5
Vitamin H (Biotin)	µg	1	5	Leucin	mg	1300	5
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.21	3	Isoleucin	mg	840	5
Vitamin A (Retinol)	µg	19	3	Arginin	mg	1300	5
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	380	5
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.33	3	Cystin	mg	240	5
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	550	5
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	730	5
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1700	5
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	3100	5
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	960	5
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	930	5
Purin	mg	-		Serin	mg	820	5

Tên thực phẩm (Vietnamese):

ÓC BÒ

STT: 327

Tên tiếng Anh (English):

Brain beef

Mã số: 7049

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	79.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	124		Daidzein	mg	0	3
	KJ	517		Genistein	mg	0	3
Protein	g	9.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	9.5	1	Tổng số acid béo no	g	2.300	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.5	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.920	3
Tro (Ash)	g	1.6	1	Margaric (C17:0)	g	0.030	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	1.270	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.020	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.030	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.890	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	6	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.020	3
Sắt (Iron)	mg	0.90	1	Oleic (C18:1)	g	1.650	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	1.590	3
Mangan (Manganese)	mg	0.030	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	311	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.040	3
Kali (Potassium)	mg	274	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	126	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.320	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.02	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.370	3
Đồng (Copper)	µg	287	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.850	3
Selen (Selenium)	µg	21.3	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.61	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	11	3	Cholesterol	mg	3010	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.13	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.21	1	Lysin	mg	839	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	3.8	1	Methionin	mg	482	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.01	3	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.226	3	Phenylalanin	mg	703	1
Folat (Folate)	µg	3	3	Threonin	mg	678	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	592	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	888	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	9.51	3	Isoleucin	mg	965	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Arginin	mg	784	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	320	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.99	3	Cystin	mg	132	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	516	1
Beta-caroten	µg	88	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**ÓC LỢN**

STT:328

Tên tiếng Anh (English):**Hog brain**

Mã số:7050

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%):8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	80.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	123		Daidzein	mg	0	3
	KJ	515		Genistein	mg	0	3
Protein	g	9.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	9.5	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	2.080	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.4	1	Palmitic (C16:0)	g	1.030	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Stearic (C18:0)	g	1.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	1.660	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.120	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	1.070	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.430	3
Sắt (Iron)	mg	1.60	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.090	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.120	3
Mangan (Manganese)	mg	0.090	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.470	3
Phospho (Phosphorous)	mg	311	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	258	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.450	3
Natri (Sodium)	mg	120	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	1.27	3	Cholesterol	mg	2195	3
Đồng (Copper)	µg	240	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	15.9	3	Lysin	mg	748	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	14	3	Methionin	mg	354	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.14	1	Tryptophan	mg	132	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.19	1	Phenylalanin	mg	704	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	2.8	1	Threonin	mg	385	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.8	3	Valin	mg	531	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.19	3	Leucin	mg	771	1
Folat (Folate)	µg	6	3	Isoleucin	mg	605	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	712	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	245	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	2.19	3	Cystin	mg	165	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	316	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1028	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1202	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	493	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	83	4				

Tên thực phẩm (Vietnamese):

PHỐI BÒ

STT: 329

Tên tiếng Anh (English):

Beef, lung

Mã số: 7051

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	79.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	103		Daidzein	mg	0	3
	KJ	431		Genistein	mg	0	3
Protein	g	15.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.7	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	0.860	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.450	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Stearic (C18:0)	g	0.230	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	0.640	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.090	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.470	3
Calci (Calcium)	mg	10	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.340	3
Sắt (Iron)	mg	6.70	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.170	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.140	3
Phospho (Phosphorous)	mg	195	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	340	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	198	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	1.61	3	Cholesterol	mg	242	3
Đồng (Copper)	µg	260	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	44.3	3	Lysin	mg	1137	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	39	3	Methionin	mg	406	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	1	Tryptophan	mg	148	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.14	1	Phenylalanin	mg	526	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.1	1	Threonin	mg	575	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1	3	Valin	mg	731	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.04	3	Leucin	mg	1008	1
Folat (Folate)	µg	11	3	Isoleucin	mg	754	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	880	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	393	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.81	3	Cystin	mg	120	1
Vitamin A (Retinol)	µg	14	3	Tyrosin	mg	385	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	1001	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	977	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1726	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	734	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	1659	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	816	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **PHỐI LỘN**
 Tên tiếng Anh (English): Hog lung, raw
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 330
 Mã số: 7052
 Thải bỏ (%): 8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	80.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	92		Daidzein	mg	0	3
	KJ	383		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.6	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	0.960	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.630	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Stearic (C18:0)	g	0.290	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	0.610	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.050	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.560	3
Calci (Calcium)	mg	9	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.340	3
Sắt (Iron)	mg	6.40	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.120	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.180	3
Phospho (Phosphorous)	mg	230	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	303	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.010	3
Natri (Sodium)	mg	153	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	2.03	3	Cholesterol	mg	320	3
Đồng (Copper)	µg	83	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	17.8	3	Lysin	mg	1389	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	12	3	Methionin	mg	541	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.02	1	Tryptophan	mg	124	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.14	1	Phenylalanin	mg	653	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.6	1	Threonin	mg	599	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.9	3	Valin	mg	872	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.1	3	Leucin	mg	1210	1
Folat (Folate)	µg	3	3	Isoleucin	mg	1119	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1189	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	468	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	2.75	3	Cystin	mg	141	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	447	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	890	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1266	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1464	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	1027	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	901	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	621	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

SƯỜN LỢN

STT: 331

Tên tiếng Anh (English):

Pork, ribs

Mã số: 7053

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 57.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	68.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	187		Daidzein	mg	0	3
	KJ	782		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.9	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	12.8	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	6.450	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	3.970	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Stearic (C18:0)	g	2.120	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.040	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	7.450	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.430	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	6.240	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.970	3
Sắt (Iron)	mg	0.61	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.810	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	5	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.160	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	5	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	160	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	200	5	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	60	5	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.08	3
Kẽm (Zinc)	mg	3.60	5	Cholesterol	mg	65	3
Đồng (Copper)	µg	100	5	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	6.9	5	Lysin	mg	1560	5
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	5	Methionin	mg	420	5
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.96	1	Tryptophan	mg	190	5
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.23	1	Phenylalanin	mg	650	5
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.2	1	Threonin	mg	740	5
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.6	3	Valin	mg	930	5
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.26	3	Leucin	mg	1270	5
Folat (Folate)	µg	2	3	Isoleucin	mg	850	5
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1050	5
Vitamin H (Biotin)	µg	2.6	5	Histidin	mg	650	5
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.7	5	Cystin	mg	120	5
Vitamin A (Retinol)	µg	0	5	Tyrosin	mg	590	5
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.69	5	Alanin	mg	1050	5
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.1	5	Acid aspartic	mg	1560	5
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	5	Acid glutamic	mg	2290	5
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	910	5
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	250	5
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	680	5
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **TAI LỢN**

STT: 332

Tên tiếng Anh (English): **Hog ears**

Mã số: 7054

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 4.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	72.9	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	126		Daidzein	mg	0	3
	KJ	528		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.1	1	Tổng số acid béo no	g	1.460	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.3	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.920	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.490	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.860	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	21	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.120	3
Sắt (Iron)	mg	2.40	3	Oleic (C18:1)	g	1.750	3
Magiê (Magnesium)	mg	7	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.440	3
Mangan (Manganese)	mg	0.120	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	41	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.380	3
Kali (Potassium)	mg	55	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.040	3
Natri (Sodium)	mg	191	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.020	3
Kẽm (Zinc)	mg	0.19	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	6	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	4.3	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	82	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.08	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.11	3	Lysin	mg	1052	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.8	3	Methionin	mg	133	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.068	3	Tryptophan	mg	43	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.02	3	Phenylalanin	mg	718	3
Folat (Folate)	µg	0	3	Threonin	mg	629	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	830	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1167	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.07	3	Isoleucin	mg	492	3
Vitamin A (Retinol)	µg	0	3	Arginin	mg	1861	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	269	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	200	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	402	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	2220	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1660	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2805	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	4400	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	2848	3
Purin	mg	-		Serin	mg	941	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TIM BÒ

STT: 333

Tên tiếng Anh (English):

Beef, heart

Mã số: 7055

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 8.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	80.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	89		Daidzein	mg	0	3
	KJ	374		Genistein	mg	0	3
Protein	g	15.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.0	1	Tổng số acid béo no	g	1.380	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.6	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.620	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.050	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.620	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.010	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.140	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	5	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.060	3
Sắt (Iron)	mg	5.40	1	Oleic (C18:1)	g	1.060	3
Magiê (Magnesium)	mg	21	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.550	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	185	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.400	3
Kali (Potassium)	mg	287	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Natri (Sodium)	mg	98	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.130	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.70	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	396	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	21.8	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	0.18	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	7	1	Cholesterol	mg	124	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.31	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.49	1	Lysin	mg	1431	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	6.8	1	Methionin	mg	506	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.79	3	Tryptophan	mg	145	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.279	3	Phenylalanin	mg	628	1
Folat (Folate)	µg	3	3	Threonin	mg	626	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	750	1
Vitamin H (Biotin)	µg	2	5	Leucin	mg	1336	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	8.55	3	Isoleucin	mg	1067	1
Vitamin A (Retinol)	µg	6	1	Arginin	mg	911	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	412	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.22	3	Cystin	mg	182	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	499	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	805	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1323	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1410	1
Lycopen	µg	17	3	Glycin	mg	662	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	605	1
Purin	mg	-		Serin	mg	633	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TIM GÀ

STT: 334

Tên tiếng Anh (English):

Chicken heart

Mã số: 7056

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	77.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	114		Daidzein	mg	0	3
	KJ	475		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	5.5	1	Tổng số acid béo no	g	1.570	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.860	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.460	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.400	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	12	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.230	3
Sắt (Iron)	mg	5.96	3	Oleic (C18:1)	g	1.170	3
Magiê (Magnesium)	mg	15	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	1.600	3
Mangan (Manganese)	mg	0.090	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	177	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.130	3
Kali (Potassium)	mg	176	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.040	3
Natri (Sodium)	mg	74	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.420	3
Kẽm (Zinc)	mg	6.59	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	346	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	4.3	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	3	3	Cholesterol	mg	136	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.15	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.73	3	Lysin	mg	1303	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.9	3	Methionin	mg	376	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.559	3	Tryptophan	mg	199	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.36	3	Phenylalanin	mg	696	3
Folat (Folate)	µg	72	3	Threonin	mg	704	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	880	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1355	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	7.29	3	Isoleucin	mg	833	3
Vitamin A (Retinol)	µg	9	3	Arginin	mg	997	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	408	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	211	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	557	3
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	980	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1512	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2308	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	863	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	793	3
Purin	mg	-		Serin	mg	627	3

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TIM LỢN

STT: 335

Tên tiếng Anh (English):

Hog heart

Mã số: 7057

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 6.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	79.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	94		Daidzein	mg	0	3
	KJ	393		Genistein	mg	0	3
Protein	g	15.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.2	1	Tổng số acid béo no	g	1.160	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.2	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.590	3
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.450	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	1.020	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.100	3
Sắt (Iron)	mg	5.90	1	Oleic (C18:1)	g	0.900	3
Magiê (Magnesium)	mg	19	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	1.120	3
Mangan (Manganese)	mg	0.060	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	213	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.770	3
Kali (Potassium)	mg	294	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.080	3
Natri (Sodium)	mg	56	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.270	3
Kẽm (Zinc)	mg	2.80	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	408	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	10.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	131	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.34	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.49	1	Lysin	mg	1371	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	5.7	1	Methionin	mg	406	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.515	3	Tryptophan	mg	222	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.39	3	Phenylalanin	mg	762	1
Folat (Folate)	µg	4	3	Threonin	mg	762	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	965	1
Vitamin H (Biotin)	µg	18.2	5	Leucin	mg	1490	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.79	3	Isoleucin	mg	846	1
Vitamin A (Retinol)	µg	8	1	Arginin	mg	1049	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	422	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	170	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	627	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1100	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1760	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	2488	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	914	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	811	1
Purin	mg	-		Serin	mg	762	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TIẾT BÒ

STT: 336

Tên tiếng Anh (English):

Beef, blood

Mã số: 7058

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	80.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	75		Daidzein	mg	0	3
	KJ	315		Genistein	mg	0	3
Protein	g	18.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.2	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.4	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	8	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	52.60	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	31	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.09	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.03	1	Lysin	mg	3269	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.6	1	Methionin	mg	781	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	1438	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	1281	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	2125	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	2800	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	403	1
Vitamin A (Retinol)	µg	30	1	Arginin	mg	1246	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	1932	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	1735	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	774	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TIẾT LỢN LUỘC

STT: 337

Tên tiếng Anh (English):

Hog blood, boiled

Mã số: 7059

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	86.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	44		Daidzein	mg	0	3
	KJ	183		Genistein	mg	0	3
Protein	g	10.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.1	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	2.4	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	25.90	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	12	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.00	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.10	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.6	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	93	1	Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **TIẾT LỢN SỐNG**
 Tên tiếng Anh (English): Hog blood, raw
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 338
 Mã số: 7060
 Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	91.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	25		Daidzein	mg	0	3
	KJ	103		Genistein	mg	0	3
Protein	g	5.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.1	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.2	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	2.1	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	7	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	20.40	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	7	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.10	1	Lysin	mg	800	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.6	1	Methionin	mg	134	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	410	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	268	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	608	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	473	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	173	1
Vitamin A (Retinol)	µg	26	1	Arginin	mg	383	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	593	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	50	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	716	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TỦY XƯƠNG BÒ

STT: 339

Tên tiếng Anh (English):

Beef bone marrow

Mã số: 7061

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	8.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	814		Daidzein	mg	0	3
	KJ	3404		Genistein	mg	0	3
Protein	g	1.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	89.9	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.3	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	89	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.01	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**TỦY XƯƠNG LỢN**

Tên tiếng Anh (English):**Hog, bone marrow**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:340

Mã số:7062

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	15.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	749		Daidzein	mg	0	3
	KJ	3134		Genistein	mg	0	3
Protein	g	2.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	82.2	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.5	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

BA TÊ

STT: 341

Tên tiếng Anh (English):

Pa tê

Mã số: 7063

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	47.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	326		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1365		Genistein	mg	0	3
Protein	g	10.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	24.6	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	15.4	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	26	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	4.20	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	88	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **CHẢ LỢN**
 Tên tiếng Anh (English): **Pork, mince fat meat grilled**
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 342
 Mã số: 7064
 Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	32.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	517		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2164		Genistein	mg	0	3
Protein	g	10.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	50.4	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	5.1	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.1	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	20	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	100	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

CHẢ QUẾ LỘN

STT: 343

Tên tiếng Anh (English):

Pork, cinnamon mince grilled

Mã số: 7065

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	42.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	416		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1740		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	39.0	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	2.3	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	16	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	2.10	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	45	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **DẪM BÔNG LỢN**STT:344

Tên tiếng Anh (English):Ham, porkMã số:7066

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	48.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	318		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1331		Genistein	mg	0	3
Protein	g	23.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	25.0	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.3	1	(Total saturated fatty acid)			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	3.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	10	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	2.10	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		(Total polyunsaturated fatty acid)			
Phospho (Phosphorous)	mg	110	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.40	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.19	1	Lysin	mg	1864	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	3.8	1	Methionin	mg	621	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	313	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	961	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	1129	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	1194	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1737	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	1178	1
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	1465	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	759	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	258	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	826	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	1265	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	2054	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	3326	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	1311	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	1049	1
Purin	mg	-		Serin	mg	961	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

DỒI LỢN

STT: 345

Tên tiếng Anh (English):

Blood mix-pudding with viscera in large intestine

Mã số: 7067

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	78.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	114		Daidzein	mg	0	3
	KJ	475		Genistein	mg	0	3
Protein	g	12.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	7.1	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.6	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	28	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	23	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese): **GIÒ BÒ**
 Tên tiếng Anh (English): **Beef dumpling**
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 346
 Mã số: 7068
 Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	48.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	357		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1492		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	33.5	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	3.9	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	18	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	3.20	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	12	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

GIÒ LỤA

STT: 347

Tên tiếng Anh (English):

Pork, mince lean meat steamed

Mã số: 7069

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	72.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	136		Daidzein	mg	0	3
	KJ	567		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	5.5	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):GIÒ THỦ LỘN

Tên tiếng Anh (English):Pork, head meat, steamed

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:348

Mã số:7070

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	29.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	553		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2312		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	54.3	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.7	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

LẠP XƯƠNG

STT: 349

Tên tiếng Anh (English):

Chinese sausage

Mã số: 7071

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	18.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	585		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2448		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	55.0	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	1.7	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	3.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	52	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	3.00	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	175	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.46	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.24	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	4.7	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**NEM CHẠO**

Tên tiếng Anh (English):

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:350

Mã số:7072

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	68.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	153		Daidzein	mg	0	3
	KJ	638		Genistein	mg	0	3
Protein	g	16.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	6.5	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	6.9	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.9	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	24	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	1.60	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **NEM CHUA**

Tên tiếng Anh (English): **Pork mince, fermented**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 351

Mã số: 7073

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	68.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	137		Daidzein	mg	0	3
	KJ	574		Genistein	mg	0	3
Protein	g	21.7	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.7	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	4.3	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	2.3	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	24	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	78	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):
Tên tiếng Anh (English):
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

RUỐC THỊT LỢN

STT: 352
Mã số: 7074
Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	25.8	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	369		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1544		Genistein	mg	0	3
Protein	g	46.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	20.3	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	7.3	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	29	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.30	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	16	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

THỊT BÒ KHÔ

STT: 353

Tên tiếng Anh (English):

Dried beef

Mã số: 7075

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	32.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	239		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1001		Genistein	mg	0	3
Protein	g	51.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.6	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	5.2	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	9.8	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	-		Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	31	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	8.10	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	476	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.13	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.19	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	30.3	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):**THỊT TRÂU KHÔ**

Tên tiếng Anh (English):**Buffalo meat, dried**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:354

Mã số:7076

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	36.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	226		Daidzein	mg	0	3
	KJ	945		Genistein	mg	0	3
Protein	g	50.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	2.7	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	10.5	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):**XÚC XÍCH**

Tên tiếng Anh (English):**Pork sausage**

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT:355

Mã số:7077

Thải bỏ (%):2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	17.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	535		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2240		Genistein	mg	0	3
Protein	g	27.2	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	47.4	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	3	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	8.4	1	Stearic (C18:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sacarozơ (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	7	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	1.90	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	139	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Cholesterol	mg	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.34	1	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	-	
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **BỘT CỐC**
 Tên tiếng Anh (English): **Toad meat powder**
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 356
 Mã số: 7078
 Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	7.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	342		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1432		Genistein	mg	0	3
Protein	g	55.4	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	13.4	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	24.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	-		Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	-		Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

CHÂU CHẤU

STT: 357

Tên tiếng Anh (English):

Locust

Mã số: 7079

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 20.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	71.1	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	130		Daidzein	mg	0	3
	KJ	542		Genistein	mg	0	3
Protein	g	24.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.6	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	210	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.40	1	Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	270	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):ẾCH (THỊT ĐÙI)

STT:358

Tên tiếng Anh (English):Frog

Mã số:7080

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%):0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	75.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	90		Daidzein	mg	0	3
	KJ	376		Genistein	mg	0	3
Protein	g	20.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.1	1	Tổng số acid béo no	g	0.080	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	(Total saturated fatty acid)			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.050	3
Tro (Ash)	g	3.9	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	0.020	3
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.050	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	18	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.010	3
Sắt (Iron)	mg	1.50	3	Oleic (C18:1)	g	0.040	3
Magiê (Magnesium)	mg	20	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.100	3
Mangan (Manganese)	mg	-		(Total polyunsaturated fatty acid)			
Phospho (Phosphorous)	mg	147	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.020	3
Kali (Potassium)	mg	285	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Natri (Sodium)	mg	58	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.030	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.00	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.010	3
Đồng (Copper)	µg	250	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.020	3
Selen (Selenium)	µg	14.1	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Cholesterol	mg	50	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.14	3	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.25	3	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.2	3	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.12	3	Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	15	3	Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.4	3	Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	15	3	Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	1	3	Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.1	3	Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):

NHỘNG

STT: 359

Tên tiếng Anh (English):

Silk worm

Mã số: 7081

Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

Thải bỏ (%): 2.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	79.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	111		Daidzein	mg	0	3
	KJ	462		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	6.5	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	0.8	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	0	3	Stearic (C18:0)	g	-	
Galactosa (Galactose)	g	0	3	Arachidic (C20:0)	g	-	
Maltoza (Maltose)	g	0	3	Behenic (22:0)	g	-	
Lactoza (Lactose)	g	0	3	Lignoceric (C24:0)	g	-	
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	-	
Glucoza (Glucose)	g	0	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	40	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	-		Oleic (C18:1)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	109	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Natri (Sodium)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	-		Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	-	
Đồng (Copper)	µg	-		Docosaheptaenoic (C22:6 n3)	g	-	
Selen (Selenium)	µg	-		TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	-		Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	-		Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

Tên thực phẩm (Vietnamese):
Tên tiếng Anh (English):
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

LÒNG GÀ (CÁ BỘ)
Chicken giblets

STT: 360
Mã số: 7082
Thải bỏ (%): 0.0

Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)	Thành phần dinh dưỡng (Nutrients)	ĐV (Unit)	Hàm lượng (Value)	TLTK (Source)
Nước (Water)	g	74.9	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	119		Daidzein	mg	0	3
	KJ	498		Genistein	mg	0	3
Protein	g	17.9	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.5	3	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	1.360	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.8	3	Palmitic (C16:0)	g	0.750	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.0	3	Stearic (C18:0)	g	0.470	3
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	-		Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	-		Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	-		TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	1.120	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.160	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.950	3
Calci (Calcium)	mg	10	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.090	3
Sắt (Iron)	mg	5.86	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.750	3
Magiê (Magnesium)	mg	18	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	3
Mangan (Manganese)	mg	0.150	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.270	3
Phospho (Phosphorous)	mg	197	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.010	3
Kali (Potassium)	mg	228	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.020	3
Natri (Sodium)	mg	77	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	3.32	3	Cholesterol	mg	262	3
Đồng (Copper)	µg	243	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	55.2	3	Lysin	mg	1305	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	16	3	Methionin	mg	447	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.09	3	Tryptophan	mg	204	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.99	3	Phenylalanin	mg	810	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.7	3	Threonin	mg	811	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	3.208	3	Valin	mg	955	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.42	3	Leucin	mg	1430	3
Folat (Folate)	µg	345	3	Isoleucin	mg	897	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1194	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	417	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	11.41	3	Cystin	mg	238	3
Vitamin A (Retinol)	µg	2657	3	Tyrosin	mg	587	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	877	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1675	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	2712	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	985	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	910	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	782	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					