

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

TRỨNG GÀ
Hen egg, raw, whole

STT: 420
Mã số: 9001
Thải bỏ (%): 14.0

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	166		Daidzein	mg	0	3
	KJ	693		Genistein	mg	0	3
Protein	g	14.8	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	11.6	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	3.100	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.5	1	Palmitic (C16:0)	g	2.230	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.1	1	Stearic (C18:0)	g	0.780	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.77	3	Arachidic (C20:0)	g	0.010	3
Galactosa (Galactose)	g	0.11	3	Behenic (22:0)	g	0.010	3
Maltoza (Maltose)	g	0.11	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0.11	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	3.810	3
Fructoza (Fructose)	g	0.11	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.010	3
Glucoza (Glucose)	g	0.21	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.300	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0.11	3	Oleic (C18:1)	g	3.470	3
Calci (Calcium)	mg	55	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.360	3
Sắt (Iron)	mg	2.70	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	1.150	3
Magiê (Magnesium)	mg	11	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.140	3
Phospho (Phosphorous)	mg	210	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	176	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.040	3
Natri (Sodium)	mg	158	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	0.90	1	Cholesterol	mg	470	1
Đồng (Copper)	µg	55	1	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	31.7	3	Lysin	mg	796	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	428	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.16	1	Tryptophan	mg	188	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.31	1	Phenylalanin	mg	703	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	1	Threonin	mg	598	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.438	3	Valin	mg	876	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.143	3	Leucin	mg	1080	1
Folat (Folate)	µg	47	3	Isoleucin	mg	746	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	778	1
Vitamin H (Biotin)	µg	25	5	Histidin	mg	290	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.29	3	Cystin	mg	280	1
Vitamin A (Retinol)	µg	700	1	Tyrosin	mg	514	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.88	3	Alanin	mg	744	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.97	3	Acid aspartic	mg	1084	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.3	3	Acid glutamic	mg	1068	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	436	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	488	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	963	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	55	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **LÒNG ĐỎ TRỨNG GÀ**
 Tên tiếng Anh (English): Hen egg, yolk
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 421
 Mã số: 9002
 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	54.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	327		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1366		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	29.8	1	Tổng số acid béo no	g	9.550	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	6.860	3
Tro (Ash)	g	1.6	1	Margaric (C17:0)	g	0.050	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.56	3	Stearic (C18:0)	g	2.420	3
Galactosa (Galactose)	g	0.07	3	Arachidic (C20:0)	g	0.030	3
Maltoza (Maltose)	g	0.07	3	Behenic (22:0)	g	0.040	3
Lactoza (Lactose)	g	0.07	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.010	3
Fructoza (Fructose)	g	0.07	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	11.740	3
Glucoza (Glucose)	g	0.18	3	<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	0.07	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.020	3
Calci (Calcium)	mg	134	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.920	3
Sắt (Iron)	mg	7.00	1	Oleic (C18:1)	g	10.700	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	4.200	3
Mangan (Manganese)	mg	0.060	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	532	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	3.540	3
Kali (Potassium)	mg	169	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.100	3
Natri (Sodium)	mg	108	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	3.70	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.010	3
Đồng (Copper)	µg	125	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.110	3
Selen (Selenium)	µg	18.3	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	2000	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.32	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.52	1	Lysin	mg	1104	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.0	1	Methionin	mg	414	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.99	3	Tryptophan	mg	238	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.35	3	Phenylalanin	mg	709	1
Folat (Folate)	µg	146	3	Threonin	mg	883	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	994	1
Vitamin H (Biotin)	µg	60	5	Leucin	mg	1387	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.95	3	Isoleucin	mg	934	1
Vitamin A (Retinol)	µg	960	1	Arginin	mg	1130	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	2.68	3	Histidin	mg	391	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	2.58	3	Cystin	mg	290	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.7	3	Tyrosin	mg	701	1
Beta-caroten	µg	88	3	Alanin	mg	817	1
Alpha-caroten	µg	38	3	Acid aspartic	mg	1361	1
Beta-cryptoxanthin	µg	33	3	Acid glutamic	mg	1995	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	692	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	1094	3	Prolin	mg	678	1
Purin	mg	-		Serin	mg	1351	1

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

LÒNG TRẮNG TRỨNG GÀ
Hen egg, white

STT: 422
Mã số: 9003
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	88.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	46		Daidzein	mg	0	3
	KJ	193		Genistein	mg	0	3
Protein	g	10.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.1	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	0.000	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.000	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.6	1	Stearic (C18:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.71	3	Arachidic (C20:0)	g	0.000	3
Galactosa (Galactose)	g	0.07	3	Behenic (22:0)	g	0.000	3
Maltoza (Maltose)	g	0.07	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Lactoza (Lactose)	g	0.07	3	TS acid béo không no 1 nối đôi (Total monounsaturated fatty acid)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0.07	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0.34	3	Palmitoleic (C16:1)	g	0.000	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0.07	3	Oleic (C18:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	19	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.000	3
Sắt (Iron)	mg	0.30	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.000	3
Magiê (Magnesium)	mg	7	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	16	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	172	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	215	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	0.20	1	Cholesterol	mg	0	1
Đồng (Copper)	µg	25	1	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	6.8	1	Lysin	mg	665	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	420	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.01	1	Tryptophan	mg	166	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.26	1	Phenylalanin	mg	679	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Threonin	mg	481	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.19	3	Valin	mg	809	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.005	3	Leucin	mg	940	1
Folat (Folate)	µg	4	3	Isoleucin	mg	659	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	631	1
Vitamin H (Biotin)	µg	0	5	Histidin	mg	245	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.09	3	Cystin	mg	268	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Tyrosin	mg	434	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	697	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	956	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1507	1
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	404	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	406	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	797	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TRỨNG VỊT

STT: 423

Tên tiếng Anh (English):

Duck egg, whole

Mã số: 9004

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

Thải bỏ (%): 12.0

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	70.0	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	184		Daidzein	mg	0	3
	KJ	769		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	14.2	1	Tổng số acid béo no	g	3.680	3
Glucid (Carbohydrate)	g	1.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	3.000	3
Tro (Ash)	g	1.8	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.93	3	Stearic (C18:0)	g	0.630	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	6.530	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	71	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.440	3
Sắt (Iron)	mg	3.20	1	Oleic (C18:1)	g	6.080	3
Magiê (Magnesium)	mg	17	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	1.220	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	210	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.560	3
Kali (Potassium)	mg	258	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.100	3
Natri (Sodium)	mg	191	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.320	3
Kẽm (Zinc)	mg	0.80	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	62	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	36.4	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Cholesterol	mg	884	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.15	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.30	1	Lysin	mg	951	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	576	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.862	3	Tryptophan	mg	260	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.25	3	Phenylalanin	mg	840	3
Folat (Folate)	µg	80	3	Threonin	mg	736	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	885	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1097	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	5.4	3	Isoleucin	mg	598	3
Vitamin A (Retinol)	µg	360	1	Arginin	mg	765	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	320	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	1.34	3	Cystin	mg	285	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.4	3	Tyrosin	mg	613	3
Beta-caroten	µg	14	3	Alanin	mg	631	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	777	3
Beta-cryptoxanthin	µg	12	3	Acid glutamic	mg	1789	3
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	422	3
Lutein + Zeaxanthin	µg	459	3	Prolin	mg	480	3
Purin	mg	-		Serin	mg	963	3

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

LÒNG ĐỎ TRỨNG VỊT
Duck egg, yolk

STT: 424
Mã số: 9005
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	364		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1524		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	32.3	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	4.8	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	1.8	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	146	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	5.60	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	328	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	1180	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	1	Methionin	mg	434	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.54	1	Tryptophan	mg	204	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.94	1	Phenylalanin	mg	679	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	1	Threonin	mg	868	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Valin	mg	963	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Leucin	mg	1315	1
Folat (Folate)	µg	-		Isoleucin	mg	827	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Arginin	mg	801	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	447	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Cystin	mg	191	1
Vitamin A (Retinol)	µg	1625	1	Tyrosin	mg	705	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	705	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	1398	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	1736	1
Beta-caroten	µg	695	3	Glycin	mg	462	1
Alpha-caroten	µg	-		Prolin	mg	1059	1
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Serin	mg	1207	1
Lycopene	µg	-					
Lutein + Zeaxanthin	µg	-					
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

LÒNG TRẮNG TRỨNG VỊT

STT: 425

Tên tiếng Anh (English):

Duck egg, white

Mã số: 9006

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	87.8	1	Tổng số isoflavin (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	47		Daidzein	mg	0	3
	KJ	196		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	0.8	3	<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	6	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	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	0	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	-		Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	1	Lysin	mg	759	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	1	Methionin	mg	694	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	150	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	780	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	802	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	845	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	1026	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	535	1
Vitamin A (Retinol)	µg	0	1	Arginin	mg	428	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	267	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	203	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	588	1
Beta-caroten	µg	0	3	Alanin	mg	493	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1069	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1635	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	407	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	780	1
Purin	mg	-		Serin	mg	994	1

Tên thực phẩm (Vietnamese): **TRỨNG CHIM CÚT**
Tên tiếng Anh (English): Quail egg
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 426
Mã số: 9007
Thải bỏ (%): 11.0

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	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	154		Daidzein	mg	0	3
	KJ	643		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.1	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	11.1	3	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	3.560	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.4	3	Palmitic (C16:0)	g	2.670	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.1	3	Stearic (C18:0)	g	0.840	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.41	3	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	4.320	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.470	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	3.850	3
Calci (Calcium)	mg	64	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	1.320	3
Sắt (Iron)	mg	3.65	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.940	3
Magiê (Magnesium)	mg	13	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.040	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.120	3
Phospho (Phosphorous)	mg	226	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	132	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	141	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	1.47	3	Cholesterol	mg	844	3
Đồng (Copper)	µg	62	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	32	3	Lysin	mg	881	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	421	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.13	3	Tryptophan	mg	209	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.79	3	Phenylalanin	mg	737	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	3	Threonin	mg	641	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	1.761	3	Valin	mg	940	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.15	3	Leucin	mg	1146	3
Folat (Folate)	µg	66	3	Isoleucin	mg	816	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	835	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	315	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	1.58		Cystin	mg	311	3
Vitamin A (Retinol)	µg	155	3	Tyrosin	mg	543	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	762	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	1.08	3	Acid aspartic	mg	1294	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.3	3	Acid glutamic	mg	1662	3
Beta-caroten	µg	11	3	Glycin	mg	434	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	518	3
Beta-cryptoxanthin	µg	10	3	Serin	mg	992	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	369	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TRỨNG CÁ

STT: 427

Tên tiếng Anh (English):

Fish roe

Mã số: 9008

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	64.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	-	
Năng lượng (Energy)	KCal	171		Daidzein	mg	-	
	KJ	716		Genistein	mg	-	
Protein	g	20.5	1	Glycetin	mg	-	
Lipid (Fat)	g	9.9	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	1.100	1
Tro (Ash)	g	4.7	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Đường tổng số (Sugar)	g	-		Stearic (C18:0)	g	0.160	1
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	28	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	1.10	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	230	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.240	1
Kali (Potassium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	0.370	1
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	24	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.93	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.65	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.5	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	-		Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	-		Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	-		Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	-		Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	-		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)

TRỨNG CÁ MUỐI
Fish caviar, black and red, granule

STT: 428
Mã số: 9009
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	3	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	274		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1144		Genistein	mg	0	3
Protein	g	24.6	3	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	17.9	3	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	4.060	3
Glucid (Carbohydrate)	g	3.5	3	Palmitic (C16:0)	g	3.560	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	3	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	6.5	3	Stearic (C18:0)	g	0.290	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	4.630	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	0	3	Palmitoleic (C16:1)	g	1.040	3
Sacaroza (Sucrose)	g	0	3	Oleic (C18:1)	g	3.170	3
Calci (Calcium)	mg	275	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	7.410	3
Sắt (Iron)	mg	11.88	3	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.080	3
Magiê (Magnesium)	mg	300	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.020	3
Mangan (Manganese)	mg	0.050	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.510	3
Phospho (Phosphorous)	mg	356	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	2.740	3
Kali (Potassium)	mg	181	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	3.800	3
Natri (Sodium)	mg	1500	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	0.95	3	Cholesterol	mg	588	3
Đồng (Copper)	µg	110	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	65.5	3	Lysin	mg	1834	3
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	0	3	Methionin	mg	646	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.19	3	Tryptophan	mg	323	3
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.62	3	Phenylalanin	mg	1071	3
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	3	Threonin	mg	1263	3
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	3.5	3	Valin	mg	1263	3
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.32	3	Leucin	mg	2133	3
Folat (Folate)	µg	50	3	Isoleucin	mg	1035	3
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1590	3
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	649	3
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	20	3	Cystin	mg	449	3
Vitamin A (Retinol)	µg	561	3	Tyrosin	mg	968	3
Vitamin D (Calciferol)	µg	5.80	3	Alanin	mg	1653	3
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	7	3	Acid aspartic	mg	2385	3
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.7	3	Acid glutamic	mg	3633	3
Beta-caroten	µg	0	3	Glycin	mg	740	3
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	1200	3
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	1897	3
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	720	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):

TRỨNG VỊT LỘN

STT: 429

Tên tiếng Anh (English):

Duck egg, embryonated

Mã số: 9010

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

Thải bỏ (%): 12.0

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	67.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	182		Daidzein	mg	0	3
	KJ	761		Genistein	mg	0	3
Protein	g	13.6	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	12.4	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	4.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
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	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	82	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	212	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	3	1	Cholesterol	mg	-	
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.12	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.25	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.8	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	875	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	435	3	Alanin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	-		Acid aspartic	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Acid glutamic	mg	-	
Lycopen	µg	-		Glycin	mg	-	
Lutein + Zeaxanthin	µg	-		Prolin	mg	-	
Purin	mg	-		Serin	mg	-	

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

STT: 430
 Mã số: 9011
 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	8.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	563		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2356		Genistein	mg	0	3
Protein	g	44.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	42.2	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	1.8	1	Palmitic (C16:0)	g	-	
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	-	
Tro (Ash)	g	3.5	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	186	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	9.30	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	-	
Magiê (Magnesium)	mg	-		Linolenic (C18:2 n3)	g	-	
Mangan (Manganese)	mg	-		Arachidonic (C20:4)	g	-	
Phospho (Phosphorous)	mg	786	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	0.35	1	Tryptophan	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.23	1	Phenylalanin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	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	1340	1	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	770	3	Glycin	mg	-	
Alpha-caroten	µg	-		Prolin	mg	-	
Beta-cryptoxanthin	µg	-		Serin	mg	-	
Lycopen	µg	-					
Lutein + Zeaxanthin	µg	-					
Purin	mg	-					