

Tên thực phẩm (Vietnamese): **SỮA BÒ TƯƠI**
 Tên tiếng Anh (English): Milk cow, fresh (fluid)
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 431
 Mã số: 10001
 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	86.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	74		Daidzein	mg	0	3
	KJ	311		Genistein	mg	0	3
Protein	g	3.9	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.4	1	Tổng số acid béo no	g	1.870	3
Glucid (Carbohydrate)	g	4.8	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.830	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	5.26	3	Stearic (C18:0)	g	0.370	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	5.26	3	Lignoceric (C24:0)	g	0.000	3
Fructoza (Fructose)	g	0	3	TS acid béo không no 1 nối đôi	g	0.810	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	120	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.000	3
Sắt (Iron)	mg	0.10	1	Oleic (C18:1)	g	0.810	3
Magiê (Magnesium)	mg	16	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.200	3
Mangan (Manganese)	mg	0.000	1	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	95	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.120	3
Kali (Potassium)	mg	143	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.080	3
Natri (Sodium)	mg	380	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	0.40	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	20	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	1.2	1	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	42	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.05	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.19	1	Lysin	mg	320	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	90	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.362	3	Tryptophan	mg	50	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.036	3	Phenylalanin	mg	180	1
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	190	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	240	1
Vitamin H (Biotin)	µg	1.4	5	Leucin	mg	460	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.44	3	Isoleucin	mg	250	1
Vitamin A (Retinol)	µg	50	1	Arginin	mg	170	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	1.00	3	Histidin	mg	100	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.06	3	Cystin	mg	28	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.2	3	Tyrosin	mg	137	1
Beta-caroten	µg	22	3	Alanin	mg	95	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	221	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	640	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	57	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	297	1
Purin	mg	-		Serin	mg	167	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):**SỮA DÊ TƯƠI**

STT:432

Tên tiếng Anh (English):**Milk goat's, whole**

Mã số:10002

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	87.2	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	69		Daidzein	mg	0	3
	KJ	288		Genistein	mg	0	3
Protein	g	3.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	4.1	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	2.670	3
Glucid (Carbohydrate)	g	4.5	1	Palmitic (C16:0)	g	0.910	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Stearic (C18:0)	g	0.440	3
Đường tổng số (Sugar)	g	4.45	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	1.110	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.080	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.980	3
Calci (Calcium)	mg	147	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.150	3
Sắt (Iron)	mg	0.10	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.110	3
Magiê (Magnesium)	mg	14	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.040	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	126	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	204	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	50	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	0.30	3	Cholesterol	mg	2	1
Đồng (Copper)	µg	46	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	1.4	3	Lysin	mg	249	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	3	1	Methionin	mg	80	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Tryptophan	mg	42	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.18	1	Phenylalanin	mg	191	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.3	1	Threonin	mg	161	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.31	3	Valin	mg	207	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.046	3	Leucin	mg	313	1
Folat (Folate)	µg	1	3	Isoleucin	mg	159	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	101	1
Vitamin H (Biotin)	µg	2	5	Histidin	mg	85	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.07	3	Cystin	mg	85	1
Vitamin A (Retinol)	µg	50	1	Tyrosin	mg	212	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.30	3	Alanin	mg	106	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.07	3	Acid aspartic	mg	244	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.3	3	Acid glutamic	mg	636	1
Beta-caroten	µg	20	3	Glycin	mg	58	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	350	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	170	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):**SỮA MẸ (SỮA NGƯỜI)**STT:433

Tên tiếng Anh (English):Breast milk (Human milk, whole).Mã số:10003

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	88.3	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	-	
Năng lượng (Energy)	KCal	61		Daidzein	mg	-	
	KJ	255		Genistein	mg	-	
Protein	g	1.5	1	Glycetin	mg	-	
Lipid (Fat)	g	3.0	1	Tổng số acid béo no	g	2.010	3
Glucid (Carbohydrate)	g	7.0	1	(Total saturated fatty acid)			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.920	3
Tro (Ash)	g	0.2	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	6.89	3	Stearic (C18:0)	g	0.290	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	1.660	3
Glucoza (Glucose)	g	-		(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	34	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.130	3
Sắt (Iron)	mg	0.10	1	Oleic (C18:1)	g	1.480	3
Magiê (Magnesium)	mg	2	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.500	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	1	(Total polyunsaturated fatty acid)			
Phospho (Phosphorous)	mg	15	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.370	3
Kali (Potassium)	mg	41	1	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.050	3
Natri (Sodium)	mg	15	1	Arachidonic (C20:4)	g	0.030	3
Kẽm (Zinc)	mg	0.40	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	14	1	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	1.8	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	6	1	Cholesterol	mg	14	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.01	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.04	1	Lysin	mg	110	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	40	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.223	3	Tryptophan	mg	30	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.011	3	Phenylalanin	mg	90	1
Folat (Folate)	µg	5	3	Threonin	mg	70	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	130	1
Vitamin H (Biotin)	µg	0.7	5	Leucin	mg	150	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.05	3	Isoleucin	mg	110	1
Vitamin A (Retinol)	µg	90	1	Arginin	mg	60	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.10	3	Histidin	mg	59	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.08	3	Cystin	mg	26	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.3	3	Tyrosin	mg	82	1
Beta-caroten	µg	1	3	Alanin	mg	58	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	130	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	264	1
Lycopen	µg	3	3	Glycin	mg	34	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	1	3	Prolin	mg	137	1
Purin	mg	-		Serin	mg	60	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):**SỮA CHUA (TỪ SỮA BÒ)**

Tên tiếng Anh (English):**Yogurt (whole milk)**

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

STT:434

Mã số:10004

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	88.7	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	61		Daidzein	mg	0	3
	KJ	255		Genistein	mg	0	3
Protein	g	3.3	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	3.7	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	2.100	3
Glucid (Carbohydrate)	g	3.6	1	Palmitic (C16:0)	g	0.890	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	0.7	1	Stearic (C18:0)	g	0.320	3
Đường tổng số (Sugar)	g	4.66	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	0.890	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.070	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.740	3
Calci (Calcium)	mg	120	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.090	3
Sắt (Iron)	mg	0.10	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.070	3
Magiê (Magnesium)	mg	12	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.030	3
Mangan (Manganese)	mg	0.000	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	95	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	155	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	46	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	0.59	3	Cholesterol	mg	13	3
Đồng (Copper)	µg	9	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	2.2	3	Lysin	mg	360	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Methionin	mg	107	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Tryptophan	mg	56	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	1	Phenylalanin	mg	199	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Threonin	mg	181	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.389	3	Valin	mg	298	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.032	3	Leucin	mg	388	1
Folat (Folate)	µg	7	3	Isoleucin	mg	228	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	135	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Histidin	mg	109	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.37	3	Cystin	mg	39	1
Vitamin A (Retinol)	µg	25	1	Tyrosin	mg	192	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Alanin	mg	134	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Acid aspartic	mg	310	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Acid glutamic	mg	898	1
Beta-caroten	µg	11	3	Glycin	mg	80	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	417	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	234	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese): **SỮA CHUA VỐT BÉO**
 Tên tiếng Anh (English): Yogurt, chocolate, nonfat milk
 Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 435
 Mã số: 10005
 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	71.6	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	103		Daidzein	mg	0	3
	KJ	432		Genistein	mg	0	3
Protein	g	3.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	0.0	1	Tổng số acid béo no	g	0.000	3
Glucid (Carbohydrate)	g	22.3	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	1.2	1	Palmitic (C16:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	1.4	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	14.97	3	Stearic (C18:0)	g	0.000	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	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	143	1	Palmitoleic (C16:1)	g	0.000	3
Sắt (Iron)	mg	0.06	1	Oleic (C18:1)	g	0.000	3
Magiê (Magnesium)	mg	40	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.000	3
Mangan (Manganese)	mg	-	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	109	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	339	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	135	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	1.13	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	209	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	7	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	1	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.04	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.20	1	Lysin	mg	-	
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	-	
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	-	
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.047	3	Phenylalanin	mg	-	
Folat (Folate)	µg	12	3	Threonin	mg	-	
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	-	
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	-	
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.5	3	Isoleucin	mg	-	
Vitamin A (Retinol)	µg	4	1	Arginin	mg	-	
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0	3	Cystin	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0	3	Tyrosin	mg	-	
Beta-caroten	µg	-		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)

SỮA BỘT TOÀN PHẦN
Milk powder, whole

STT: 436
Mã số: 10006
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	3.5	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	494		Daidzein	mg	0	3
	KJ	2067		Genistein	mg	0	3
Protein	g	27.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	26.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	16.740	3
Glucid (Carbohydrate)	g	38.0	1	Palmitic (C16:0)	g	7.520	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	5.5	1	Stearic (C18:0)	g	2.850	3
Đường tổng số (Sugar)	g	38.42	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	7.920	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	1.200	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	6.190	3
Calci (Calcium)	mg	939	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.670	3
Sắt (Iron)	mg	1.10	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.460	3
Magiê (Magnesium)	mg	85	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.200	3
Mangan (Manganese)	mg	0.040	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	790	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	1330	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	371	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	3.34	3	Cholesterol	mg	97	3
Đồng (Copper)	µg	80	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	16.3	3	Lysin	mg	2230	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	10	1	Methionin	mg	699	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.24	1	Tryptophan	mg	381	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	1.31	1	Phenylalanin	mg	1291	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.7	1	Threonin	mg	1231	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	2.271	3	Valin	mg	1615	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.302	3	Leucin	mg	2541	1
Folat (Folate)	µg	37	3	Isoleucin	mg	1301	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	942	1
Vitamin H (Biotin)	µg	10	5	Histidin	mg	772	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	3.25	3	Cystin	mg	243	1
Vitamin A (Retinol)	µg	318	1	Tyrosin	mg	1366	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	7.80	3	Alanin	mg	1031	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.48	3	Acid aspartic	mg	1909	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	1.8	3	Acid glutamic	mg	5697	1
Beta-caroten	µg	43	3	Glycin	mg	524	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Prolin	mg	2471	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Serin	mg	132	1
Lycopen	µg	0	3				
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3				
Purin	mg	-					

Tên thực phẩm (Vietnamese):**SỮA BỘT TÁCH BÉO**
Tên tiếng Anh (English):**Skimmed milk powder**
Thành phần dinh dưỡng trong 100g phần ăn được (100 grams edible portion)

STT: 437
Mã số: 10007
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	4.0	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	357		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1494		Genistein	mg	0	3
Protein	g	35.0	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	1.0	1	Tổng số acid béo no (Total saturated fatty acid)	g	0.500	3
Glucid (Carbohydrate)	g	52.0	1	Palmitic (C16:0)	g	0.240	3
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Tro (Ash)	g	8.0	1	Stearic (C18:0)	g	0.090	3
Đường tổng số (Sugar)	g	51.48	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	0.200	3
Fructoza (Fructose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Glucoza (Glucose)	g	-		Palmitoleic (C16:1)	g	0.020	3
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Oleic (C18:1)	g	0.170	3
Calci (Calcium)	mg	1400	1	TS acid béo không no nhiều nối đôi (Total polyunsaturated fatty acid)	g	0.030	3
Sắt (Iron)	mg	0.45	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.020	3
Magiê (Magnesium)	mg	110	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.010	3
Mangan (Manganese)	mg	0.020	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Phospho (Phosphorous)	mg	980	1	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Kali (Potassium)	mg	1794	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Natri (Sodium)	mg	535	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Kẽm (Zinc)	mg	4.08	3	Cholesterol	mg	20	3
Đồng (Copper)	µg	41	3	Phytosterol	mg	-	
Selen (Selenium)	µg	27.3	3	Lysin	mg	3047	1
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	6	1	Methionin	mg	1243	1
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.42	1	Tryptophan	mg	441	1
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.60	1	Phenylalanin	mg	1700	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	1.2	1	Threonin	mg	1542	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	3.568	3	Valin	mg	2310	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.361	3	Leucin	mg	3177	1
Folat (Folate)	µg	50	3	Isoleucin	mg	2278	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Arginin	mg	1025	1
Vitamin H (Biotin)	µg	16	5	Histidin	mg	877	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	4.03	3	Cystin	mg	131	1
Vitamin A (Retinol)	µg	6	3	Tyrosin	mg	1559	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	8.30	3	Alanin	mg	-	
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0	3	Acid aspartic	mg	-	
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	0.1	3	Acid glutamic	mg	-	
Beta-caroten	µg	1	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):**SỮA ĐẶC CÓ ĐƯỜNG VIỆT NAM**STT:438

Tên tiếng Anh (English):Milk condensed, sweetenedMã số:10008

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	25.4	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	336		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1404		Genistein	mg	0	3
Protein	g	8.1	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	8.8	1	Tổng số acid béo no	g	-	
Glucid (Carbohydrate)	g	56.0	1	(Total saturated fatty acid)			
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	-		(Total monounsaturated fatty acid)			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	-	
Calci (Calcium)	mg	307	1	Palmitoleic (C16:1)	g	-	
Sắt (Iron)	mg	0.60	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	219	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	0.06	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.30	1	Lysin	mg	536	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.2	1	Methionin	mg	194	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	-		Tryptophan	mg	101	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	-		Phenylalanin	mg	401	1
Folat (Folate)	µg	-		Threonin	mg	353	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	-		Valin	mg	494	1
Vitamin H (Biotin)	µg	-		Leucin	mg	698	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	-		Isoleucin	mg	392	1
Vitamin A (Retinol)	µg	58	1	Arginin	mg	263	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	-		Histidin	mg	206	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	-		Cystin	mg	68	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	-		Tyrosin	mg	383	1
Beta-caroten	µg	50	3	Alanin	mg	272	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	648	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	1518	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	185	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	728	1
Purin	mg	-		Serin	mg	428	1

Tên thực phẩm (Vietnamese):

PHO MÁT

STT: 439

Tên tiếng Anh (English):

Cheese (whole fat)

Mã số: 10009

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	38.9	1	Tổng số isoflavon (Total isoflavone)	mg	0	3
Năng lượng (Energy)	KCal	380		Daidzein	mg	0	3
	KJ	1590		Genistein	mg	0	3
Protein	g	25.5	1	Glycetin	mg	0	3
Lipid (Fat)	g	30.9	1	Tổng số acid béo no	g	21.090	3
Glucid (Carbohydrate)	g	0.0	1	<i>(Total saturated fatty acid)</i>			
Celluloza (Fiber)	g	0.0	1	Palmitic (C16:0)	g	9.800	3
Tro (Ash)	g	4.7	1	Margaric (C17:0)	g	0.000	3
Đường tổng số (Sugar)	g	0.52	3	Stearic (C18:0)	g	4.010	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	9.390	3
Glucoza (Glucose)	g	-		<i>(Total monounsaturated fatty acid)</i>			
Sacaroza (Sucrose)	g	-		Myristoleic (C14:1)	g	0.000	3
Calci (Calcium)	mg	760	1	Palmitoleic (C16:1)	g	1.000	3
Sắt (Iron)	mg	0.50	1	Oleic (C18:1)	g	7.910	3
Magiê (Magnesium)	mg	28	3	TS acid béo không no nhiều nối đôi	g	0.940	3
Mangan (Manganese)	mg	0.010	3	<i>(Total polyunsaturated fatty acid)</i>			
Phospho (Phosphorous)	mg	424	1	Linoleic (C18:2 n6)	g	0.580	3
Kali (Potassium)	mg	98	3	Linolenic (C18:2 n3)	g	0.370	3
Natri (Sodium)	mg	621	3	Arachidonic (C20:4)	g	0.000	3
Kẽm (Zinc)	mg	3.11	3	Eicosapentaenoic (C20:5 n3)	g	0.000	3
Đồng (Copper)	µg	31	3	Docosahexaenoic (C22:6 n3)	g	0.000	3
Selen (Selenium)	µg	13.9	3	TS acid béo trans (Total trans fatty acid)	g	-	
Vitamin C (Ascorbic acid)	mg	1	1	Cholesterol	mg	105	3
Vitamin B1 (Thiamine)	mg	0.10	1	Phytosterol	mg	-	
Vitamin B2 (Riboflavin)	mg	0.51	1	Lysin	mg	1883	1
Vitamin PP (Niacin)	mg	0.1	1	Methionin	mg	596	1
Vitamin B5 (Pantothenic acid)	mg	0.413	3	Tryptophan	mg	369	1
Vitamin B6 (Pyridoxine)	mg	0.074	3	Phenylalanin	mg	1286	1
Folat (Folate)	µg	18	3	Threonin	mg	943	1
Vitamin B9 (Folic acid)	µg	0	3	Valin	mg	1618	1
Vitamin H (Biotin)	µg	1.7	5	Leucin	mg	2076	1
Vitamin B12 (Cyanocobalamine)	µg	0.83	3	Isoleucin	mg	1138	1
Vitamin A (Retinol)	µg	275	1	Arginin	mg	808	1
Vitamin D (Calciferol)	µg	0.30	3	Histidin	mg	683	1
Vitamin E (Alpha-tocopherol)	mg	0.29	3	Cystin	mg	141	1
Vitamin K (Phylloquinone)	µg	2.8	3	Tyrosin	mg	1385	1
Beta-caroten	µg	118	3	Alanin	mg	734	1
Alpha-caroten	µg	0	3	Acid aspartic	mg	1691	1
Beta-cryptoxanthin	µg	0	3	Acid glutamic	mg	5631	1
Lycopen	µg	0	3	Glycin	mg	469	1
Lutein + Zeaxanthin	µg	0	3	Prolin	mg	2612	1
Purin	mg	-		Serin	mg	1401	1