

Qui di seguito puoi consultare le Tabelle contenenti dati sulla composizione chimica e il valore energetico degli alimenti.

Tutte le tabelle sono disponibili in formato pdf e le puoi liberamente scaricare e stampare.

- [Avvertenze](#)
- [Cereali e derivati](#)
- [Legumi](#)
- [Verdure e ortaggi](#)
- [Frutta](#)
- [Carni fresche](#)
- [Carni trasformate e conservate](#)
- [Frattaglie](#)
- [Prodotti della pesca](#)
- [Latte e yogurt](#)
- [Formaggi e latticini](#)
- [Uova](#)
- [Oli e grassi](#)
- [Dolci](#)
- [Prodotti vari](#)
- [Bevande alcoliche](#)