

**Composición nutricional promedio de productos de pollo industriales disponibles en el mercado argentino.**

<b>Categoría</b>	<b>Porción (g)</b>	<b>Energía (kcal)</b>	<b>Hidratos de Carbono (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Grasas Totales (g)</b>	<b>Grasas saturadas (g)</b>	<b>Grasas Trans (g)</b>	<b>Fibra Alimentaria (g)</b>	<b>Sodio (mg)</b>
<b>"Chorizos"</b>	100	192	1	14	14	4,80	0,00	2,0	779
	1/2 unidad (50 g)	96	1	7	7	2,40	0,00	1,0	390
<b>Bocaditos, nuggets y pochoclos (sin relleno)</b>	100	236	17	14	12	2,37	0,00	2,8	463
	6 unidades (120 g)	284	21	17	15	2,85	0,00	3,4	555
<b>Medallones y otros similares (sin relleno)</b>	100	190	16	13	9	2,07	0,00	2,4	618
	1 unidad (130 g)	247	20	17	11	2,69	0,00	3,1	803
<b>Medallones y otros similares (con relleno)</b>	100	223	19	13	11	1,77	0,00	2,3	593
	1 unidad (130 g)	290	24	17	14	2,30	0,00	3,0	771
<b>Milanesas</b>	100	145	11	17	4	1,82	0,00	2,3	430
	1 1/2 unidad (130 g)	188	14	22	5	2,36	0,00	3,0	559
<b>Hamburguesas</b>	100	121	3	18	4	2,13	0,17	0,6	678
	1 unidad (100 g)	121	3	18	4	2,13	0,17	0,6	678

Fuente: elaboración propia en base a datos tomados de etiquetas de productos, información brindada por empresas e información obtenida de páginas web de las empresas. Empresas fuente de información: CALISA de Grupo Motta, Granja Tres Arroyos, Granja del Sol, SADIA, Las Camelias, Swift, Molinos Río de la Plata SA, Granja Iris, Chacra Nuestra, Vienissima, Paty Viena, La Blanca, ICB

**Centro de Información Nutricional de la Carne de Pollo**

Av. Corrientes 127, 5º piso, Of. 518 (C1043AAB) Buenos Aires, Argentina

Tel./Fax: (011) 4311-7314 / 4314-0380/1506

Instagram / Facebook: @cincap.carnedepollo

[www.cincap.com.ar](http://www.cincap.com.ar) | [cincap@cincap.com.ar](mailto:cincap@cincap.com.ar)