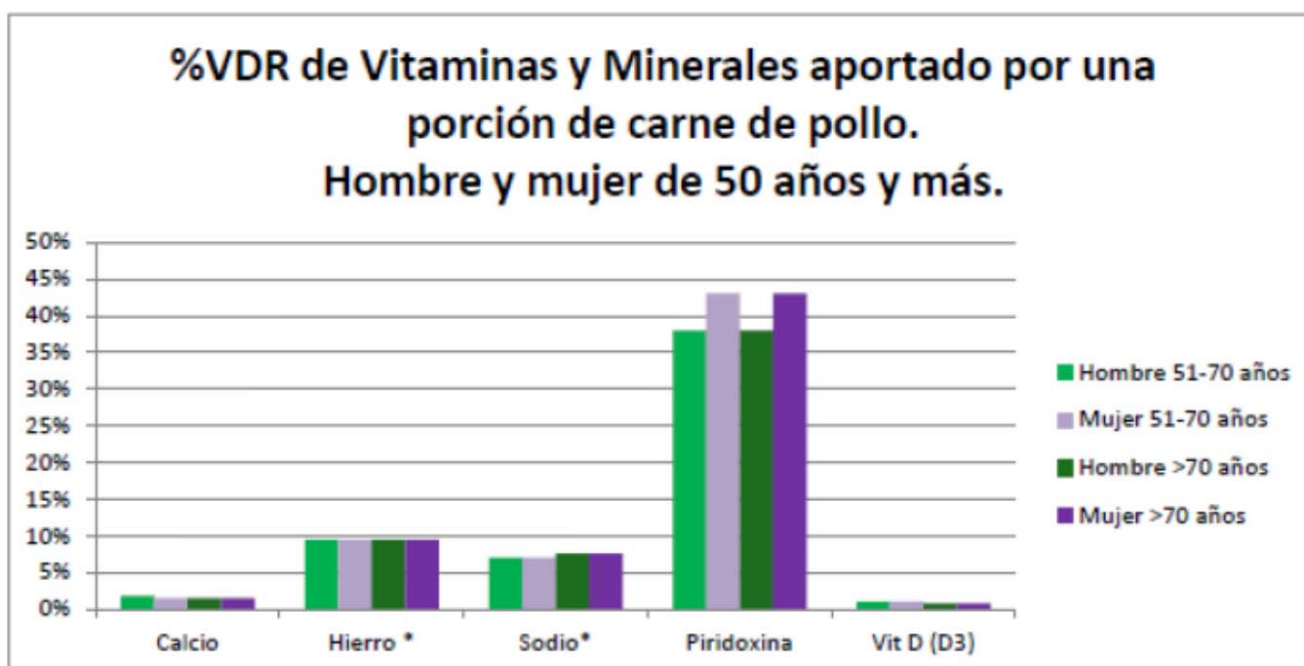


**Aporte de vitaminas y minerales de una porción de carne de pollo (150 g) y su relación con las recomendaciones nutricionales. Hombre y mujer de 50 años y más.**



**Fuente:** elaboración propia en base a datos de USDA Food Composition Databases. Report # 05011, excepto (\*): Gallinger C, Federico F, Pighin D, Cazaux N, Trossero N, Marsó A, Sinesi C. Determinación de la composición nutricional de la carne de pollo argentina. DIAETA 2016; 156 (34); Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academies. Dietary Reference Intakes. 2006; Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academies. Dietary Reference Intakes for Calcium and Vitamin D (2011); y OMS (2013). Ingesta de sodio en niños y adultos. Resumen.

**Notas:**

%VDR = Porcentaje del Valor Diario Recomendado.

El tamaño de la porción de carne de pollo considerada es de 150 g sin piel ni hueso (Peso Neto).

Se presentan datos sólo para aquellos nutrientes cuya recomendación de ingesta es diferente a aquella correspondiente a otros grupos de edad e igual sexo.