

	kcal		grassi
	100g	60	100g
BDA IEO tonno all'olio sgocciolato	192,00	115,20	10,00
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-11,46	-11,46	-25,00
tonno all'olio d'oliva Mareblu	190,00	114,00	10,00
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-10,53	-10,53	-25,00
tonno in olio d'oliva ASDOMAR	212,00	127,20	14,20
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-19,81	-19,81	-47,18
tonno all'olio d'oliva Rio Mare	213,00	127,80	13,00
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-20,19	-20,19	-42,31
tonno all'olio d'oliva Callipo	193,00	115,80	12,20
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-11,92	-11,92	-38,52
tonno all'olio d'oliva Nostromo	203,85	122,31	11,92
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-16,60	-16,60	-37,10
tonno all'olio d'oliva Greci Prontofresco	240,00	144,00	4,88 dato non
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50 attendibile
	-29,17	-29,17	53,85

*In questo caso ho ritenuto che il valore fosse riferito ad 80 g, il valori riportati sul sito Greci sono poco attendibili se non falsi, non dichiara nemmeno se sono per 100 g o per 80 g.*

	100g	60	100g
tonno all'olio d'oliva STAR	192,00	115,20	10,00
rio mare leggero	170,00	102,00	7,50
	-11,46	-11,46	-25,00

fonti

<http://www.riomare.it/>

<http://www.fatsecret.it>

<http://www.ieo.it>

<http://www.valori-alimenti.com>

<http://www.greci.it/tonno-pinna-gialla-allolio-doliva-0>

<http://www.calcolacalorie.com/>

Per il Tonno Star