

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

In questo caso ho ritenuto che il valore fosse riferito ad 80 g, i 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
	192,00 170,00 -11,46	115,20 102,00 -11,46	10,00 7,50 -25,00
tonno all'olio d'oliva STAR rio mare leggero	192,00 170,00 -11,46	115,20 102,00 -11,46	10,00 7,50 -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