

<b>Vit B6 Piridoxina (mg por cada 100 g)</b>	
<b>Consumo diario recomendado B6 Piridoxina 2,2 mg</b>	
PIMENTON	4,0
ALA DE POLLO	4,0
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE ARROZ Y TRIGO INTEGRAL	3,3
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE ARROZ, TRIGO INTEGRAL, FRUTAS ROJAS	3,3
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE AVENA INTEGRAL TOSTADA Y MIEL	2,0
ESPINACA CONGELADA	1,9
CEREALES DE DESAYUNO VARIADOS CON MIEL	1,7
CEREALES DE DESAYUNO VARIADOS INTEGRALES CON MIEL	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE MAIZ, AVENA Y TRIGO, DORADOS CON MIEL	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE TRIGO Y FRUTAS	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE TRIGO Y CHOCOLATE	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE TRIGO Y MIEL	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE ARROZ Y CHOCOLATE	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE ARROZ	1,7
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE MAIZ	1,7
MUESLI	1,7
PISTACHO	1,7
GALLETA INTEGRAL	1,7
LAUREL	1,7
BARRITA DE CEREALES CON FRUTAS ROJAS	1,6
BARRITA DE CEREALES CON PEPITAS DE CHOCOLATE	1,6
SARDINA CON SALSA DE TOMATE	1,6
RAVIOLIS CON SALSA DE TOMATE CONGELADOS	1,6
BARRITA DE CEREALES CON MELOCOTON Y ALBARICOQUE	1,4
CEREALES DE DESAYUNO A BASE DE TRIGO INTEGRAL CON AVELLANAS Y ALMENDRAS	1,4
LEVADURA	1,3
SALVADO DE TRIGO	1,3
BARRITA DE FIBRA Y CHOCOLATE	1,3
BIZCOCHO DE FRUTA Y FIBRA	1,3
CEREALES DE DESAYUNO SALVADO DE TRIGO COMPLETO	1,3
CEREALES DE DESAYUNO DE TRIGO INTEGRAL RELLENO DE PASAS	1,3
OREGANO SECO	1,2
BOQUERON	1,1
PESCADITOS	1,1
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE MAIZ AZUCARADOS	1,0
PAPILLA DE CEREALES Y MIEL CON LECHE (POLVO)	1,0
SOJA	1,0
AZAFRAN	1,0
GLUCEMA SR	1,0
SARDINA	1,0

<b>Vit B6 Piridoxina (mg por cada 100 g)</b>	
SARDINA EN ESCABECHE	1,0
AVENA	1,0
BARRITA HIPOCALÓRICA	0,9
ZUMO DE TOMATE COMERCIAL	0,9
HIGADO DE VACA	0,9
NUEZ CON CASCARA	0,9
NUEZ SIN CASCARA	0,9
PALETA DE CORDERO	0,8
PIPA DE GIRASOL PELADA CON SAL	0,8
PIPA DE GIRASOL PELADA SIN SAL	0,8
HIGADO DE POLLO	0,8
SEMILLAS DE SESAMO	0,8
SALMON	0,7
BATIDO HIPOCALÓRICO	0,7
LENTEJA	0,7
CODORNIZ	0,7
FAISAN ENTERO	0,7
CABALLA	0,6
JUREL	0,6
PALOMETA	0,6
LOMO DE TERNERA	0,6
BACALAO SALADO	0,6
PIPA DE GIRASOL SIN SAL	0,6
PAPILLA DE CEREALES Y FRUTAS (POLVO)	0,6
LENGUADO	0,6
HIGADO DE CERDO	0,6
AVELLANA CON CASCARA	0,6
AVELLANA SIN CASCARA	0,6
CREMA DE CACAHUETE	0,6
CALDO EN CUBITOS	0,6
RIÑÓN DE CERDO	0,6
CHULETA DE CERDO	0,6
GARBANZO	0,6
CARNE SEMIGRASA DE VACA	0,5
PECHUGA DE POLLO	0,5
POLLO EMPANADO CONGELADO	0,5
PATATAS FRITAS DE BOLSA BAJAS EN CALORIAS	0,5
BONITO EN ACEITE DE SOJA	0,5
PEZ ESPADA	0,5
HARINA DE SOJA	0,5
SOLOMILLO DE AVESTRUZ	0,5
GUINDILLA PICANTE	0,5
CARNE DE JABALI	0,5
POLLO ENTERO	0,5
RIÑÓN DE TERNERA	0,5
HARINA INTEGRAL DE TRIGO	0,5
CARNE DE CABALLO	0,5
MANITA DE CERDO	0,5
GERMEN DE TRIGO	0,5
PIZZA ROMANA CONGELADA	0,5
ATUN AL NATURAL	0,5
ATUN EN ESCABECHE	0,5
SOLOMILLO DE CERDO	0,5
CERDO MAGRO	0,5
SARDINA EN ACEITE	0,5
SARDINILLA EN ACEITE	0,5
ATUN	0,5

<b>Vit B6 Piridoxina (mg por cada 100 g)</b>	
PECHUGA DE PAVO	0,5
PAVO	0,5
SOLOMILLO AÑOJO	0,5
PATATAS PREFRITAS CONGELADAS	0,5
ARENQUE	0,5
CACAHUETE SIN CASCARA	0,4
CACAHUETE CON CASCARA	0,4
TRUCHA	0,4
TERNERA DE 2ª Y 3ª	0,4
MUJOL	0,4
JAMON IBERICO	0,4
ATUN EN ACEITE	0,4
BONITO EN ACEITE	0,4
COSTILLA DE CERDO	0,4
ANACARDO	0,4
SALMONETE	0,4
YOGUR DESNATADO CON FRUTA	0,4
JAMON SERRANO	0,4
JUDIA BLANCA	0,4
BONITO	0,4
CHULETA DE TERNERA	0,4
JUDIA PINTA	0,4
MAIZ EN MAZORCA CRUDO	0,4
TERNERA SEMIGRASA	0,4
LOMO DE CERDO	0,4
CARNE DE CERDO SEMIGRASA	0,4
SEPIA	0,4
GALLO	0,4
LECHE DE INICIO (POLVO)	0,4
MIJO	0,4
ARROZ BLANCO DE COCCION RAPIDA	0,4
PEPINILLOS EN VINAGRE EN CONSERVA	0,4
AÑOJO DE 2ª Y 3ª	0,4
HABA SECA	0,4
RAYA	0,4
CREMA HIPOCALORICA	0,4
TOCINO	0,4
ALGA ESPIRULINA DESECADA	0,4
PULPO	0,4
AGUACATE	0,4
PLATANO	0,4
CARNE EMPANADA, PASTELES DE CARNE (CONGELADOS)	0,4
CONEJO	0,4
SOLOMILLO DE TERNERA	0,4
LENGUA DE CERDO	0,4
CENTOLLO	0,4
MUSLO DE PAVO	0,3
PIMIENTA NEGRA	0,3
COL DE BRUSELAS	0,3
PATO ENTERO	0,3
FORTIMEL	0,3
CARNE DE VACA MAGRA	0,3
TERNERA MAGRA	0,3
PAN DE MOLDE INTEGRAL	0,3
GALLINA ENTERA	0,3
PATATAS FRITAS DE BOLSA	0,3

<b>Vit B6 Piridoxina (mg por cada 100 g)</b>	
CAVIAR	0,3
MERO	0,3
CACAO EN POLVO BAJO EN CALORIAS	0,3
AJO	0,3
CASTANA	0,3
CANELA	0,3
LENGUA DE VACA	0,3
PATATA NUEVA	0,3
PIMIENTO DEL PIQUILLO EN CONSERVA	0,3
PIMIENTO MORRON EN CONSERVA	0,3
PIMIENTO ROJO ASADO EN CONSERVA	0,3
CACAHUETE FRITO SALADO SIN CASCARA	0,3
RINON DE CORDERO	0,3
CORAZON DE VACA	0,3
LIEBRE	0,3
ANGULA	0,3
PAPILLA DE CEREALES CON LECHE (POLVO)	0,3
CANGREJO Y SIMILARES	0,3
LECHE DE CONTINUACION (POLVO)	0,3
CABRITO	0,3
YEMA DE HUEVO	0,3
MERITENE DIABETICO	0,3
CASTAÑA ASADA	0,3
ALGA AGAR DESECADA	0,3
SUIZO	0,3
SALMON AHUMADO	0,3
AÑOJO LOMO	0,3
DORADA	0,3
ARROZ INTEGRAL	0,3
SOPA JARDINERA PARA RECONSTITUIR	0,3
CONGRIO	0,3
ANGUILA	0,3
PESCADO EMPANADO, PASTELES DE PESCADO (CONGELADOS)	0,3
BACON	0,3
LENTEJA EN CONSERVA	0,3
BRECOL	0,3
PIMIENTO ROJO	0,3
CARNE DE VACA 2ªY3ª	0,3
PANCETA	0,3
BONIATO	0,3
PIMIENTO VERDE	0,3
CACAHUETE TOSTADO Y SALADO SIN CASCARA	0,3
PAPILLA SIN GLUTEN CON LECHE (POLVO)	0,3
PAPILLA SIN GLUTEN Y FRUTAS CON LECHE (POLVO)	0,3
PISTACHO TOSTADO SALADO	0,3
PUERRO	0,3
ROLLITO DE PRIMAVERA CONGELADO	0,3
PATATA VIEJA	0,3

<b>Vit B6 Piridoxina (mg por cada 100 g)</b>	
MUSLO DE POLLO	0,3
QUESO CAMEMBERT	0,3
HUEVO DE PATO	0,3
MERITENE FIBRA	0,3
COL RIZADA	0,3
GUSANITOS CON QUESO	0,3
PASA	0,3
TE	0,3
FOIE GRAS	0,2
PROMOTE	0,2
COLIFLOR	0,2
SOLOMILLO DE VACA	0,2
CARNE DE VACA GRASA	0,2
SOLOMILLO DE BUEY	0,2
QUESO BRIE	0,2
BERRO	0,2
SUCEDANEO DE CAFE SOLUBLE	0,2
JAMON COCIDO ENLATADO	0,2
PESCADILLA	0,2
ABADEJO	0,2
PERCEBE	0,2
OSTRA	0,2
JUDIA VERDE	0,2
ESPINACA	0,2
PIERNA DE CORDERO	0,2
QUESO MANCHEGO CURADO	0,2
SESO DE CERDO	0,2
JAMON COCIDO	0,2
PLATIJA	0,2
LECHE EN POLVO ENTERA	0,2
LASANA DE CARNE Y BESAMEL CONGELADA	0,2
QUESO MANCHEGO FRESCO	0,2
BACALAO FRESCO	0,2
ARROZ	0,2
SALSA DE SOJA	0,2
QUESO MANCHEGO SEMICURADO	0,2
CEREALES DE DESAYUNO CON BASE DE AVENA	0,2
LUBINA	0,2
LECHE EN POLVO SEMIDESNATADA	0,2
PEREJIL	0,2
TRIANGULOS MAIZ	0,2
ENSURE FIBRA	0,2
PENTADRINK	0,2
PALOMITAS DE MAIZ	0,2
PASTA RELLENA DE CARNE HERVIDA	0,2
PASTA RELLENA DE QUESO HERVIDA	0,2
ZUMO DE ZANAHORIA NATURAL	0,2
ZUMO DE ZANAHORIA	0,2
GRANADA	0,2