

CARBON ATOMS: DOUBLE BONDS	CAPROIC	CAPRYLIC	CAPRIC	LAURIC	MYRISTIC	MYRISTOLEIC	PENTADECANOIC	PALMITIC	PALMITOLEIC	STEARIC	OLEIC	RICINOLEIC	LINOLEIC	GAMMA-LINOLENIC	LINOLENIC	ARACHIDIC	GADOLEIC	GADOLEIC EIKOSADIENEIC	BEHENIC	ERUCIC	LIGNOCERIC	IODINE VALUE
	6:0	8:0	10:0	12:0	14:0	14:1	15:0	16:0	16:1	18:0	18:1	18:1OH	18:2	18:3 n6	18:3 n3	20:0	20:1	20:1+2	22:0	22:1	24:0	
<b>VEGETABLE OILS</b>																						
Soyabean Oil								10		4	23		54		7,5	0,4		0,3	0,4			124-139
Sunflower Oil								5,5		4	25		64		0,3	0,3			0,7			118-141
Sunflower Oil (High Oleic)								4		6	85		5									81-91
Rapeseed Oil (low Erucic)								4		1,5	60		20		11	0,5		1,5	0,4	0,4		105-126
Rapeseed Oil (High Erucic)								4		1	14		13		9	0,8	9	0,8	0,5	48	1	100-115
Groundnut Oil								10		2,4	43		36		0,3	1		1,5	3		2	86-107
Cottonseed Oil					0,7			22	0,5	3	17		55		0,3	0,3			0,1			100-115
Maize Oil								11		2	29		56		1	0,4		0,3				107-135
Safflower Oil								5		1,5	15		77									136-148
Safflower Oil (High Oleic)								3,5		5	82		7,5			0,5			1,2			82-92
Sesame Oil								8		5	43		43									104-120
Flax seed Oil (Linseed Oil)								5,5		3,5	17		15		60							170-200
Castor Oil								1-2		1-2	4-9	85-90	(*)									98-116
<b>VEGETABLE FATS</b>																						
Palm Oil				0,3	1			44		4	40		10		0,2							50-55
Palm Olein				0,3	1			39		4	43		11		0,2							56-60
Palm Stearin				0,2	1			59		5	28		6		0,1							< 48
Palm Kernel Oil	0,3	4	3,5	47	15			8		2	16		2,5									14-21
Coconut Oil	0,5	8	6	47	18			8,5		2,5	7		1,5									6-11
Shea Butter								3,5		43	44		6,5									55-65
Illipe Butter								17		45	35		2			2						32-40
Sal seed Fat								5		44	40		2			7						38-45

(\*) 18:2 = 2-7 ; 18:3 = 0-1