

Clasificare: PÂINE ALBĂ

Denumire produs: Toast clasic, 600g, ID 0016

Ingrediente: făină albă de grâu, apă, grăsimi vegetale, dextroză, drojdie, sare

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	232	
Valoare energetică	ENERC	kJ	963	
Proteine totale [NCF: 5,7]	PROT	g	14,16	
Azot total	NT	g	2,484	
Lipide totale [FACE: 0,86]	FAT	g	2,18	
Acizi grași totali		g	1,88	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,79	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0	
C10:0	F10:0	g	0	
C12:0	F12:0	g	0,011	
C14:0	F14:0	g	0,02	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,739	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,02	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,636	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,18	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,416	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0,04	
C22:1, n-9	F22:1CN9	g	0	
C22:1, n-11	F22:1CN11	g	0	
C24:1, n-9	F24:1CN9	g	0	
Acizi grași polinesaturați	FAPU	g	0,454	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,431	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,023	
C18:3, n-6	F18:3CN6	g	0	
C18:4, n-3	F18:4CN3	g	0	
C20:3, n-6	F20:3CN6	g	0	
C20:4, n-6	F20:4CN6	g	0	

C20:5, n-3	F20:5CN3	g	0	
C22:4, n-6	F22:4CN6	g	0	
C22:5, n-3	F22:5CN3	g	0	
C22:5, n-6	F22:5CN6	g	0	
C22:6, n-3	F22:6CN3	g	0	
Acizi grași n-3	FACN3	g	0,023	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,431	
Glucide totale	CHOT	g	40,43	
Glucide disponibile	CHO	g	37,39	
Zaharuri	SUGAR	g	3,4	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	3,04	
Apă	WATER	g	41,4	
Cenușă totală	ASH	g	1,83	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,046	
Vitamina B1	THIA	mg	0,123	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,038	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,04	
Niacină	NIA	mg	0,62	
Folați	FOL	μg	27	
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg	14	
Potasiu	K	mg	145	
Magneziu	MG	mg	16	
Sodiu	NA	mg	528	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	1,5	
Zinc	ZN	mg	0,58	
Seleniu	SE	μg	2,1	
Cupru	CU	mg	0,092	
Sare	NACL	g	1,32	