

Clasificare: PRODUSE FRANZELĂRIE

Denumire produs: Ciabatta, ID 0018

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

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	266	
Valoare energetică	ENERC	kJ	1109	
Proteine totale [NCF: 5,7]	PROT	g	9,12	
Azot total	NT	g	1,6	
Lipide totale [FACE: 0,7]	FAT	g	2,45	
Acizi grași totali		g	1,724	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,69	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0,007	
C10:0	F10:0	g	0,005	
C12:0	F12:0	g	0,091	
C14:0	F14:0	g	0,026	
C15:0	F15:0	g	0,001	
C16:0	F16:0	g	0,45	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,09	
C20:0	F20:0	g	0,02	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,772	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,004	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,253	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0,321	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0,095	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0,099	
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	0,262	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,231	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,027	
C18:3, n-6	F18:3CN6	g	0,001	
C18:4, n-3	F18:4CN3	g	0	
C20:3, n-6	F20:3CN6	g	0,002	
C20:4, n-6	F20:4CN6	g	0,001	

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	0,027	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,231	
Glucide totale	CHOT	g	53,06	
Glucide disponibile	CHO	g	50,49	
Zaharuri	SUGAR	g	1,85	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	2,57	
Apă	WATER	g	33,99	
Cenușă totală	ASH	g	1,38	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,142	
Vitamina B1	THIA	mg	0,216	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,135	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	1,17	
Niacină	NIA	mg	2,8	
Folați	FOL	μg	45	
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg	22,3	
Potasiu	K	mg	214	
Magneziu	MG	mg	39,5	
Sodiu	NA	mg	412	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	2,99	
Zinc	ZN	mg	1,19	
Seleniu	SE	μg	3,32	
Cupru	CU	mg	0,049	
Sare	NACL	g	1,03	