

Clasificare: SPECIALITĂȚI DE PANIFICAȚIE

Denumire produs: Baton cu seminte mac, 80g, ID 0023

Ingrediente: făină albă de grâu, apă, drojdie, zahăr, sare, semințe de mac

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	275	
Valoare energetică	ENERC	kJ	1157	
Proteine totale [NCF: 5,7]	PROT	g	11,48	
Azot total	NT	g	2,014	
Lipide totale [FACE: 0,67]	FAT	g	0,74	
Acizi grași totali		g	0,5	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,1	
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	
C14:0	F14:0	g	0	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,091	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,005	
C20:0	F20:0	g	0,004	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,08	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,002	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,076	
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	0,002	
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	0,32	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,295	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,024	
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	0,001	

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	0,024	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,295	
Glucide totale	CHOT	g	56,53	
Glucide disponibile	CHO	g	54,79	
Zaharuri	SUGAR	g	4,23	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	1,74	
Apă	WATER	g	30,2	
Cenușă totală	ASH	g	1,05	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,057	
Vitamina B1	THIA	mg	0,135	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,065	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	nd	
Niacină	NIA	mg	0,78	
Folați	FOL	μg	35	
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg	27	
Potasiu	K	mg	173	
Magneziu	MG	mg	26	
Sodiu	NA	mg	380	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	1,95	
Zinc	ZN	mg	0,768	
Seleniu	SE	μg	2,87	
Cupru	CU	mg	0,012	
Sare	NACL	g	0,95	