

Clasificare: PÂINE ALBĂ CU ADAOSURI

Denumire produs: Pâine cu cartofi, 700g, ID 0032

Ingrediente: făină albă de grâu 650, apă, fulgi de cartofi, cartofi deshidratați, drojdie, sare, ulei vegetal de palmier

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	236	
Valoare energetică	ENERC	kJ	983	
Proteine totale [NCF: 5,93]	PROT	g	12,11	
Azot total	NT	g	2,042	
Lipide totale [FACE: 0,7]	FAT	g	2,89	
Acizi grași totali		g	2,02	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,85	
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	0,099	
C14:0	F14:0	g	0,189	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,523	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,039	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,95	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,17	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,774	
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	0,006	
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	0,22	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,192	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,028	
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	0,028	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,192	
Glucide totale	CHOT	g	41,65	
Glucide disponibile	CHO	g	39,1	
Zaharuri	SUGAR	g	4,98	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	2,55	
Apă	WATER	g	41,67	
Cenușă totală	ASH	g	1,68	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,053	
Vitamina B1	THIA	mg	0,163	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,042	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,653	
Niacină	NIA	mg	1,1	
Folați	FOL	μg	34	
Calciu	CA	mg	45,89	
Potasiu	K	mg	269,4	
Magneziu	MG	mg	33,39	
Sodiu	NA	mg	520	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	3,22	
Zinc	ZN	mg	1,115	
Seleniu	SE	μg	5,07	
Cupru	CU	mg	0,129	
Sare	NACL	g	1,3	