

Clasificare: PÂINE NEAGRĂ

Denumire produs: Pâine neagră, 700g, ID 0041

Ingrediente: făină neagră de grâu, apă, drojdie, grasimi vegetale, sare, conservanți

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	239	
Valoare energetică	ENERC	kJ	977	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	16,86	
Azot total	NT	g	2,892	
Lipide totale [FACE: 0,82]	FAT	g	1,81	
Acizi grași totali		g	1,49	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,61	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0,006	
C10:0	F10:0	g	0,002	
C12:0	F12:0	g	0,109	
C14:0	F14:0	g	0,041	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,286	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,166	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,538	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,505	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0,022	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0,011	
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	0,342	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,31	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,032	
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	0,032	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,31	
Glucide totale	CHOT	g	41,76	
Glucide disponibile	CHO	g	35,96	
Zaharuri	SUGAR	g	4,44	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	5,8	
Apă	WATER	g	37,33	
Cenușă totală	ASH	g	2,24	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,28	
Vitamina B1	THIA	mg	0,459	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,23	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,253	
Niacină	NIA	mg	3,3	
Folați	FOL	μg	52	
Calciu	CA	mg	46,6	
Potasiu	K	mg	340	
Magneziu	MG	mg	29,4	
Sodiu	NA	mg	536	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	3,63	
Zinc	ZN	mg	2,97	
Seleniu	SE	μg	1,95	
Cupru	CU	mg	0,117	
Sare	NACL	g	1,34	