

Clasificare: PÂINE DIN AMESTECURI DE FĂINĂ, DE TĂRÂȚE, etc.

Denumire produs: Pâine intermediară, 300g, ID 0080

Ingrediente: făină albă, făină neagră, apă, drojdie, sare, ulei palmier

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	222	
Valoare energetică	ENERC	kJ	917	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	10,9	
Azot total	NT	g	1,869	
Lipide totale [FACE: 0,82]	FAT	g	1,7	
Acizi grași totali		g	1,39	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,695	
C4:0	F4:0	g		
C6:0	F6:0	g		
C8:0	F8:0	g		
C10:0	F10:0	g		
C12:0	F12:0	g		
C14:0	F14:0	g		
C15:0	F15:0	g		
C16:0	F16:0	g		
C17:0	F17:0	g		
C18:0	F18:0	g		
C20:0	F20:0	g		
C22:0	F22:0	g		
C24:0	F24:0	g		
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,556	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g		
C16:1, n-7	F16:1CN7	g		
C18:1, n-9	F18:1CN9	g		
C18:1, n-7	F18:1CN7	g		
C18:1, n-11	F18:1CN11	g		
C20:1, n-9	F20:1CN9	g		
C20:1, n-11	F20:1CN11	g		
C22:1, n-9	F22:1CN9	g		
C22:1, n-11	F22:1CN11	g		
C24:1, n-9	F24:1CN9	g		
Acizi grași polinesaturați	FAPU	g	0,139	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,115	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,024	
C18:3, n-6	F18:3CN6	g		
C18:4, n-3	F18:4CN3	g		
C20:3, n-6	F20:3CN6	g		
C20:4, n-6	F20:4CN6	g		

C20:5, n-3	F20:5CN3	g		
C22:4, n-6	F22:4CN6	g		
C22:5, n-3	F22:5CN3	g		
C22:5, n-6	F22:5CN6	g		
C22:6, n-3	F22:6CN3	g		
Acizi grași n-3	FACN3	g	0,024	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,115	
Glucide totale	CHOT	g	42,58	
Glucide disponibile	CHO	g	38,88	
Zaharuri	SUGAR	g	1,24	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	3,7	
Apă	WATER	g	43,06	
Cenușă totală	ASH	g	1,76	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,174	
Vitamina B1	THIA	mg	0,231	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,108	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,678	
Niacină	NIA	mg	2,2	
Folați	FOL	μg	43,7	
Calciu	CA	mg	24,3	
Potasiu	K	mg	187	
Magneziu	MG	mg	27,5	
Sodiu	NA	mg	528	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	2,58	
Zinc	ZN	mg	1,13	
Seleniu	SE	μg	3,6	
Cupru	CU	mg	0,035	
Sare	NACL	g	1,32	