

Clasificare: PÂINE CU FIBRĂ ALIMENTARĂ

Denumire produs: Pâine neagră cu fibre, 500g

Ingrediente: făină albă de grâu, făină neagră de grâu, grăsimi vegetale, zahăr, maia de grâu, fibre vegetale, extract de malț, drojdie, sare iodată.

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	197	
Valoare energetică	ENERC	kJ	784	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	18,88	
Azot total	NT	g	3,238	
Lipide totale [FACE: 0,82]	FAT	g	2,94	
Acizi grași totali		g	2,42	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,73	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0,005	
C10:0	F10:0	g	0,011	
C12:0	F12:0	g	0	
C14:0	F14:0	g	0,07	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,52	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,124	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,61	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,015	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,585	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0,01	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0	
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	1,08	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,92	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,16	
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	0,16	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,92	
Glucide totale	CHOT	g	27,63	
Glucide disponibile	CHO	g	19,9	
Zaharuri	SUGAR	g	3,1	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	7,73	
Apă	WATER	g	47,69	
Cenușă totală	ASH	g	2,86	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,13	
Vitamina B1	THIA	mg	0,16	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,11	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,6	
Niacină	NIA	mg	3,2	
Folați	FOL	μg	49	
Calciu	CA	mg	17	
Potasiu	K	mg	157	
Magneziu	MG	mg	38	
Sodiu	NA	mg	680	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	1,7	
Zinc	ZN	mg	1,3	
Seleniu	SE	μg	5,5	
Cupru	CU	mg	0,098	
Sare	NAACL	g	1,7	