

Clasificare: PRODUSE DE PATISERIE

Denumire produs: Cozonac cu nucă și cacao, ID 0110

Ingrediente: făină albă de grâu, apă, drojdie, sare, zahăr, ouă, lapte praf, grăsimi vegetale, umplutură de nucă și cacao

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	338	
Valoare energetică	ENERC	kJ	1424	
Proteine totale [NCF:5,7]	PROT	g	9,92	
Azot total	NT	g	1,74	
Lipide totale [FACE: 0,93]	FAT	g	8,5	
Acizi grași totali		g	7,9	
Acizi grași saturați	FASAT	g	3,16	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0,061	
C10:0	F10:0	g	0,031	
C12:0	F12:0	g	0,214	
C14:0	F14:0	g	0,192	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	1,674	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,988	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	2,34	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	2,02	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0,106	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0,214	
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	2,4	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	2,121	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,279	
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	0,279	
Acizi grași n-6	FACN6	g	2,121	
Glucide totale	CHOT	g	56,34	
Glucide disponibile	CHO	g	54,47	
Zaharuri	SUGAR	g	21,17	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	1,87	
Apă	WATER	g	23,83	
Cenușă totală	ASH	g	1,41	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg		
Vitamina B1	THIA	mg	0,243	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg		
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	3,31	
Niacină	NIA	mg		
Folați	FOL	μg		
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg	29	
Potasiu	K	mg	242,7	
Magneziu	MG	mg	47,7	
Sodiu	NA	mg	256	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	2,95	
Zinc	ZN	mg	1,18	
Seleniu	SE	μg	6,48	
Cupru	CU	mg	nd	
Sare	NACL	g	0,64	