

Clasificare: SPECIALITĂȚI DE PANIFICAȚIE

Denumire produs: Corn școlar, 80g, ID 0021

Ingrediente: făină albă de grâu, apă, drojdie, zahăr, sare

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	285	
Valoare energetică	ENERC	kJ	1197	
Proteine totale [NCF: 5,7]	PROT	g	12,27	
Azot total	NT	g	2,153	
Lipide totale [FACE: 0,67]	FAT	g	0,93	
Acizi grași totali		g	0,62	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,13	
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	
C14:0	F14:0	g	0	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,12	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,006	
C20:0	F20:0	g	0,004	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,1	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,003	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,095	
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	0,002	
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	0,39	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,364	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,025	
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	0,001	

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	0,025	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,364	
Glucide totale	CHOT	g	57,91	
Glucide disponibile	CHO	g	55,88	
Zaharuri	SUGAR	g	5,16	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	2,03	
Apă	WATER	g	27,69	
Cenușă totală	ASH	g	1,2	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,073	
Vitamina B1	THIA	mg	0,149	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,069	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	nd	
Niacină	NIA	mg	0,63	
Folați	FOL	μg	25	
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg	17	
Potasiu	K	mg	163	
Magneziu	MG	mg	29	
Sodiu	NA	mg	272	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	1,72	
Zinc	ZN	mg	0,57	
Seleniu	SE	μg	2,76	
Cupru	CU	mg	0,07	
Sare	NACL	g	0,68	