

Clasificare: PÂINE CU SPECIFIC TRADIȚIONAL

Denumire produs: Pâine ardelenescă, ID 0067

Ingrediente: făină de grâu, pastă de cartofi, drojdie, sare, apă

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	215	
Valoare energetică	ENERC	kJ	889	
Proteine totale [NCF:5,83]	PROT	g	11,38	
Azot total	NT	g	1,952	
Lipide totale [FACE:0,83]	FAT	g	0,42	
Acizi grași totali		g	0,35	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,074	
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	0,056	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,018	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,094	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,022	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,054	
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	
C22:1, n-9	F22:1CN9	g	0	
C22:1, n-11	F22:1CN11	g	0,018	
C24:1, n-9	F24:1CN9	g	0	
Acizi grași polinesaturați	FAPU	g	0,182	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,164	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,018	
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	0,018	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,164	
Glucide totale	CHOT	g	43,39	
Glucide disponibile	CHO	g	39,54	
Zaharuri	SUGAR	g	1,16	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	3,85	
Apă	WATER	g	43,2	
Cenușă totală	ASH	g	1,61	
Vitamine				
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg		
Vitamina B1	THIA	mg		
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg		
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg		
Niacină	NIA	mg		
Folați	FOL	μg		
Substanțe minerale				
Calciu	CA	mg		
Potasiu	K	mg		
Magneziu	MG	mg		
Sodiu	NA	mg	516	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg		
Zinc	ZN	mg		
Seleniu	SE	μg		
Cupru	CU	mg		
Sare	NACL	g	1,29	