

Clasificare: PÂINE ȘI CHIFLE GRAHAM

Denumire produs: French toast cu graham, ID 0074

Ingrediente: făină albă de grâu, făină graham, apă, grăsimi vegetale, dextroză, drojdie, sare, făină de soia, maia acidă

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	241	
Valoare energetică	ENERC	kJ	982	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	14,46	
Azot total	NT	g	2,48	
Lipide totale [FACE: 0,8]	FAT	g	0,89	
Acizi grași totali		g	0,714	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,4	
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	0,018	
C14:0	F14:0	g	0,032	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,187	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,163	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,25	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,038	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,165	
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	0,047	
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	0,064	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,058	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,006	
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	0,006	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,058	
Glucide totale	CHOT	g	47,01	
Glucide disponibile	CHO	g	40,61	
Zaharuri	SUGAR	g	3,41	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	6,4	
Apă	WATER	g	42,01	
Cenușă totală	ASH	g	2,03	
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		
Calciu	CA	mg		
Potasiu	K	mg		
Magneziu	MG	mg		
Sodiu	NA	mg	524	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg		
Zinc	ZN	mg		
Seleniu	SE	μg		
Cupru	CU	mg		
Sare	NACL	g	1,31	