

Clasificare: PÂINE DIN AMESTECURI DE FĂINĂ, TĂRÂȚE, etc.

Denumire produs: Pâine cu tărâțe, ID 0084

Ingrediente: făină de grâu, tărâțe de grâu, apă, drojdie, sare

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	204	
Valoare energetică	ENERC	kJ	817	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	16,7	
Azot total	NT	g	2,86	
Lipide totale [FACE: 0,82]	FAT	g	1,46	
Acizi grași totali		g	1,197	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,239	
C4:0	F4:0	g		
C6:0	F6:0	g		
C8:0	F8:0	g		
C10:0	F10:0	g		
C12:0	F12:0	g		
C14:0	F14:0	g		
C15:0	F15:0	g		
C16:0	F16:0	g		
C17:0	F17:0	g		
C18:0	F18:0	g		
C20:0	F20:0	g		
C22:0	F22:0	g		
C24:0	F24:0	g		
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,215	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g		
C16:1, n-7	F16:1CN7	g		
C18:1, n-9	F18:1CN9	g		
C18:1, n-7	F18:1CN7	g		
C18:1, n-11	F18:1CN11	g		
C20:1, n-9	F20:1CN9	g		
C20:1, n-11	F20:1CN11	g		
C22:1, n-9	F22:1CN9	g		
C22:1, n-11	F22:1CN11	g		
C24:1, n-9	F24:1CN9	g		
Acizi grași polinesaturați	FAPU	g	0,743	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,718	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,025	
C18:3, n-6	F18:3CN6	g		
C18:4, n-3	F18:4CN3	g		
C20:3, n-6	F20:3CN6	g		
C20:4, n-6	F20:4CN6	g		

C20:5, n-3	F20:5CN3	g		
C22:4, n-6	F22:4CN6	g		
C22:5, n-3	F22:5CN3	g		
C22:5, n-6	F22:5CN6	g		
C22:6, n-3	F22:6CN3	g		
Acizi grași n-3	FACN3	g	0,025	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,718	
Glucide totale	CHOT	g	34,61	
Glucide disponibile	CHO	g	27,34	
Zaharuri	SUGAR	g	3,5	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	7,27	
Apă	WATER	g	45,4	
Cenușă totală	ASH	g	1,83	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,065	
Vitamina B1	THIA	mg	0,162	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,248	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,283	
Niacină	NIA	mg		
Folați	FOL	μg		
Calciu	CA	mg		
Potasiu	K	mg		
Magneziu	MG	mg		
Sodiu	NA	mg	492	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg		
Zinc	ZN	mg		
Seleniu	SE	μg		
Cupru	CU	mg		
Sare	NACL	g	1,23	