

Clasificare: PÂINE CU FĂINĂ INTERMEDIARĂ DE GRÂU

Denumire produs: Pâine intermediară cu semințe, 500g, ID 0086

Ingrediente: făină intermediară de grâu, drojdie, sare iodată, maia de grâu, semințe, enzime

Conținut pentru 100g parte comestibilă

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	243	
Valoare energetică	ENERC	kJ	979	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	19,35	
Azot total	NT	g	3,319	
Lipide totale [FACE: 0,836]	FAT	g	7,42	
Acizi grași totali		g	6,2	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,74	
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	0,07	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,412	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,186	
C20:0	F20:0	g	0,071	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	1,55	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0,008	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	1,48	
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	0,062	
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	3,91	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	3,41	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,5	
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	0,5	
Acizi grași n-6	FACN6	g	3,41	
Glucide totale	CHOT	g	28,36	
Glucide disponibile	CHO	g	21,22	
Zaharuri	SUGAR	g	1,74	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	7,14	
Apă	WATER	g	42,29	
Cenușă totală	ASH	g	2,58	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg	0,184	
Vitamina B1	THIA	mg	0,362	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg	0,227	
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	1,855	
Niacină	NIA	mg	2,1	
Folați	FOL	μg	52	
Calciu	CA	mg	58,7	
Potasiu	K	mg	223,89	
Magneziu	MG	mg	141,3	
Sodiu	NA	mg	488	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg	3,24	
Zinc	ZN	mg	0,464	
Seleniu	SE	μg	5,2	
Cupru	CU	mg	0,102	
Sare	NACL	g	1,22	