

**Clasificare:** PÂINE CU FIBRĂ ALIMENTARĂ

**Denumire produs:** Pâine cu fibre, 500g, ID 0088

**Ingrediente:** făină neagră de grâu 1350, făină albă 650, apă, tărâță de grâu, făină graham, gluten, făină de seară, făină de soia, făină malț din orz și seară, glucoză, fibre citrice, enzime, ulei vegetal, drojdie, sare iodată

**Conținut pentru 100g parte comestibilă**

Denumire component	EuroFIR ID	Unitate exprimare	Valoare	Referință
Valoare energetică	ENERC	kcal	217	
Valoare energetică	ENERC	kJ	865	
Proteine totale [NCF: 5,83]	PROT	g	14,08	
Azot total	NT	g	2,41	
Lipide totale [FACE: 0,8 ]	FAT	g	2,64	
Acizi grași totali		g	2,12	
Acizi grași saturați	FASAT	g	0,86	
C4:0	F4:0	g	0	
C6:0	F6:0	g	0	
C8:0	F8:0	g	0,01	
C10:0	F10:0	g	0,003	
C12:0	F12:0	g	0,156	
C14:0	F14:0	g	0,059	
C15:0	F15:0	g	0	
C16:0	F16:0	g	0,407	
C17:0	F17:0	g	0	
C18:0	F18:0	g	0,225	
C20:0	F20:0	g	0	
C22:0	F22:0	g	0	
C24:0	F24:0	g	0	
Acizi grași mononesaturați	FAMS	g	0,77	
C14:1, n-5	F14:1CN5	g	0	
C16:1, n-7	F16:1CN7	g	0	
C18:1, n-9	F18:1CN9	g	0,72	
C18:1, n-7	F18:1CN7	g	0,01	
C18:1, n-11	F18:1CN11	g	0	
C20:1, n-9	F20:1CN9	g	0	
C20:1, n-11	F20:1CN11	g	0,04	
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	0,49	
C18:2, n-6	F18:2CN6	g	0,356	
C18:3, n-3	F18:3CN3	g	0,087	
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	0,047	
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	0,087	
Acizi grași n-6	FACN6	g	0,403	
Glucide totale	CHOT	g	38,34	
Glucide disponibile	CHO	g	30,07	
Zaharuri	SUGAR	g	1,23	
Fibre alimentare totale	FIBT	g	8,27	
Apă	WATER	g	43	
Cenușă totală	ASH	g	1,94	
Vitamina A	VITA	RE		
β-caroten	CARTB	μg		
Retinol	RETOL	μg		
Vitamina B2	RIBF	mg		
Vitamina B1	THIA	mg	0,237	
Vitamina B12	VITB12	μg		
Vitamina B6	PYRXN	mg		
Vitamina C	VITC	mg		
Vitamina D	VITD	μg		
Vitamina E	VITE	ATE		
α-tocoferol	TOCPHA	mg	0,388	
Niacină	NIA	mg		
Folați	FOL	μg		
Calciu	CA	mg		
Potasiu	K	mg		
Magneziu	MG	mg		
Sodiu	NA	mg	424	
Fosfor	P	mg		
Fier	FE	mg		
Zinc	ZN	mg		
Seleniu	SE	μg		
Cupru	CU	mg		
Sare	NACL	g	1,06	