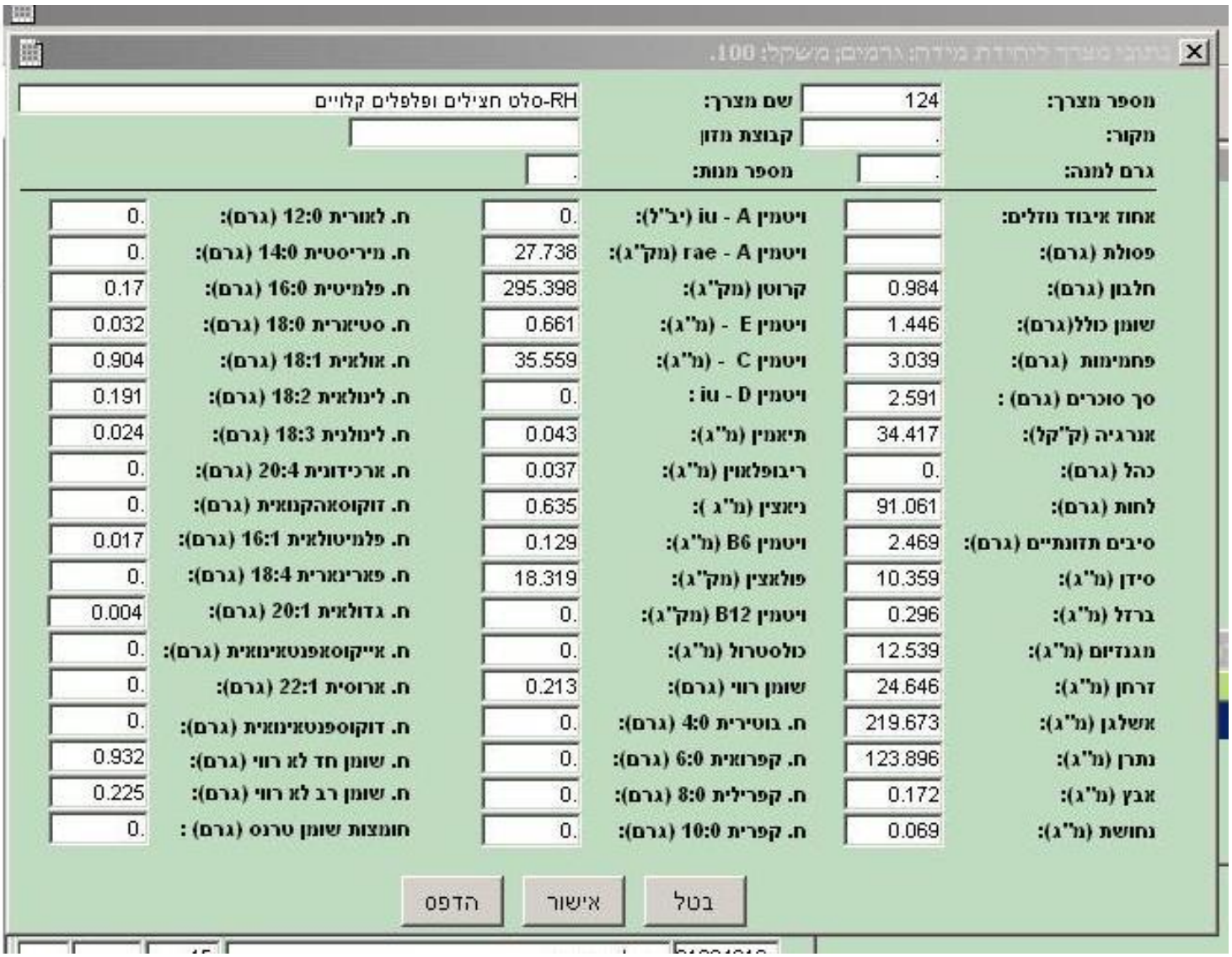

מספר מצרך:	124	שם מצרך:	RH-סלט חצילים ופלפלים קלויים		
מקור:	.	קבוצת מזון			
גרם למנה:	.	מספר מנות:	.		
אחוז איבוד נזלים:		ויטמין A - iu (יב"ל):	0.	ח. לאורית 12:0 (גרם):	0.
פסולת (גרם):		ויטמין A - rae (מק"ג):	27.738	ח. מיריסטית 14:0 (גרם):	0.
חלבון (גרם):	0.984	קרוטן (מק"ג):	295.398	ח. פלמיטית 16:0 (גרם):	0.17
שומן כולל(גרם):	1.446	ויטמין E - (מ"ג):	0.661	ח. סטיארית 18:0 (גרם):	0.032
פחמימות (גרם):	3.039	ויטמין C - (מ"ג):	35.559	ח. אולאית 18:1 (גרם):	0.904
סך סוכרים (גרם) :	2.591	ויטמין D - iu :	0.	ח. לינולאית 18:2 (גרם):	0.191
אנרגיה (ק"קל):	34.417	תיאמין (מ"ג):	0.043	ח. לינולנית 18:3 (גרם):	0.024
כהל (גרם):	0.	ריבופלאוין (מ"ג):	0.037	ח. ארכידונית 20:4 (גרם):	0.
לחות (גרם):	91.061	ניאצין (מ"ג):	0.635	ח. דוקוסאהקסאנואית (גרם):	0.
סיבים תזונתיים (גרם):	2.469	ויטמין B6 (מ"ג):	0.129	ח. פלמיטולאית 16:1 (גרם):	0.017
סידן (מ"ג):	10.359	פולאצין (מק"ג):	18.319	ח. פארינארית 18:4 (גרם):	0.
ברזל (מ"ג):	0.296	ויטמין B12 (מק"ג):	0.	ח. גדולאית 20:1 (גרם):	0.004
מגנזיום (מ"ג):	12.539	כולסטרול (מ"ג):	0.	ח. אייקוסאפנטאינואית (גרם):	0.
זרחן (מ"ג):	24.646	שומן רווי (גרם):	0.213	ח. ארוסית 22:1 (גרם):	0.
אשלגן (מ"ג):	219.673	ח. בוטירית 4:0 (גרם):	0.	ח. דוקוספנטאינואית (גרם):	0.
נתרן (מ"ג):	123.896	ח. קפרואית 6:0 (גרם):	0.	ח. שומן חד לא רווי (גרם):	0.932
אבץ (מ"ג):	0.172	ח. קפרילית 8:0 (גרם):	0.	ח. שומן רב לא רווי (גרם):	0.225
נחושת (מ"ג):	0.069	ח. קפרית 10:0 (גרם):	0.	חומצות שומן טרנס (גרם) :	0.

בטל | אישור | הדפס