

RH מרק אפונה יבשה וגריסי פנינה			שם מצרך:	205	מספר מצרך:
			קבוצת מזון		מקור:
			מספר מנות:		גרם למנה:
0.001	ת. לאורית 12:0 (גרם):	12.151	ויטמין A - iu (יב"ל):		אחד איבוד מזלים:
0.	ת. מיריסטית 14:0 (גרם):	24.409	ויטמין A - rae (מק"ג):		פסולת (גרם):
0.053	ת. פלמיטית 16:0 (גרם):	242.187	קרוטן (מק"ג):	2.372	חלבון (גרם):
0.008	ת. סטיארית 18:0 (גרם):	0.071	ויטמין E - (מ"ג):	0.445	שומן כולל(גרם):
0.239	ת. אולאית 18:1 (גרם):	1.82	ויטמין C - (מ"ג):	6.068	פחמימות (גרם):
0.082	ת. לינולאית 18:2 (גרם):	0.	ויטמין D - iu :	0.966	סך סוכרים (גרם) :
0.011	ת. לינולנית 18:3 (גרם):	0.07	תיאמין (מ"ג):	47.173	אנרגיה (ק"קל):
0.	ת. ארכידונית 20:4 (גרם):	0.025	ריבופלאבין (מ"ג):	0.	כהל (גרם):
0.	ת. זוקוסאהקמאית (גרם):	0.458	ניאצין (מ"ג) :	87.426	לחות (גרם):
0.004	ת. פלמיטולאית 16:1 (גרם):	0.051	ויטמין B6 (מ"ג):	2.689	סיבים תזונתיים (גרם):
0.	ת. פארימאית 18:4 (גרם):	23.796	פולאצין (מק"ג):	9.479	סידן (מ"ג):
0.002	ת. גדולאית 20:1 (גרם):	0.	ויטמין B12 (מק"ג):	0.483	ברזל (מ"ג):
0.	ת. אייקוסאפנטאנואית (גרם):	0.	כולסטרול (מ"ג):	14.11	מגנזיום (מ"ג):
0.	ת. ארוסית 22:1 (גרם):	0.066	שומן רווי (גרם):	40.459	זרחן (מ"ג):
0.	ת. דוקוספנטאנואית (גרם):	0.	ת. בוטירית 4:0 (גרם):	124.429	אשלגן (מ"ג):
0.247	ת. שומן חד לא רווי (גרם):	0.	ת. קפרואית 6:0 (גרם):	5.421	נתרן (מ"ג):
0.096	ת. שומן רב לא רווי (גרם):	0.	ת. קפרילית 8:0 (גרם):	0.327	אבץ (מ"ג):
0.	ת. חמוצות שומן טרנס (גרם) :	0.	ת. קפרית 10:0 (גרם):	0.093	נחושת (מ"ג):