

## VÝBER Z TABULIEK KALORICKÝCH HODNÔT NA 100 g POTRAVÍN

NÁZOV POTRAVINY	STAV SPRAC.	BIELK.	TUKY	SACHARIDY		ENERGIA		E (B)	E (T)	E (S)	E (A)
				g sacharid. na 100 g potraviny	g potraviny na 1 SJ (10 g sach.)	kJ	kcal				
		g	g					PCT	PCT	PCT	PCT
Cestoviny varené	príloha	3,5	2,5	<b>23,7</b>	<b>42,2</b>	564	135	11	16	73	0
Cestoviny lazane varená	príloha	3,0	0,6	<b>22,0</b>	<b>45,5</b>	434	104	12	5	83	0
Cestoviny, makaróny, špagety celozrnné varené	príloha	5,3	0,5	<b>26,5</b>	<b>37,7</b>	514	123	18	4	78	0
Cestoviny, makaróny, špagety varené	príloha	4,2	0,5	<b>26,0</b>	<b>38,5</b>	520	124	14	4	83	0
Cestoviny dvojjaječné varené	príloha	1,9	0,4	<b>13,4</b>	<b>74,6</b>	269	64	12	6	82	0
Cestoviny nevaječné varené	príloha	3,0	0,4	<b>22,6</b>	<b>44,2</b>	440	105	12	3	85	0

Zdroj údajov : Národné poľnohospodárske a potravinárske centrum , Výskumný ústav potravinársky , online potravinová databáza