



MB INDUSTRY

## sušené ovoce

### 1. ROZINKY

Rozinky jsou sušené plody vinné révy. Mají hnědou až černou barvu a některé odrůdy jsou zlaté. Rozinky jsou díky cenové dostupnosti a kulturní rozšířenosti nejvíce konzumované sušené ovoce na světě. Rozinky jsou alternativní přírodní sladidlo, významný zdroj draslíku, vápníku, hořčíku, fosforu, zinku a železa, prospívají k pevnosti kostí, prevenci proti zubnímu kazu.

Vhodné do pečiva, bábovek, vánoček, snídaňových směsí či smoothie.

Složení: 99,5 % rozinky sušené, < 0,5 % slunečnicový olej. Země původu: Turecko

Alergeny: 0

<u>Výživové údaje na</u>	<u>100 g</u>
<u>energetická hodnota</u>	<u>1238 kJ/291 kcal</u>
<u>tuky</u>	<u>0,5 g</u>
<u>z toho nasycené mastné kyseliny</u>	<u>0,2 g</u>
<u>sacharidy</u>	<u>68,0 g</u>
<u>z toho cukry</u>	<u>52,3 g</u>
<u>vláknina</u>	<u>8,7 g</u>
<u>bílkoviny</u>	<u>2,5 g</u>
<u>Sůl</u>	<u>0,01 g</u>

### 2. MERUŇKY

Meruňky pochází původem ze Severní Číny, plod má sametově oranžovou barvu. Obsahují vitaminy A, C, B2, B3, B5, B6, B9, K, E, hořčík, vápník, křemík, draslík a železo. Největším světovým producentem sušených meruněk je Turecko a Čína. Sušené meruňky jsou dobrým zdrojem vlákniny. Země původu: Turecko, Irán, Afganistán

Alergeny: 0

<u>Výživové údaje na</u>	<u>100 g</u>
<u>energetická hodnota</u>	<u>1062 kJ / 251 kcal</u>
<u>tuky</u>	<u>0,20 g</u>
<u>z toho nasycené mastné kyseliny</u>	<u>0,10 g</u>
<u>sacharidy</u>	<u>51,00 g</u>
<u>vláknina</u>	<u>11,00 g</u>
<u>bílkoviny</u>	<u>5,30 g</u>
<u>sůl</u>	<u>0,03 g</u>

### 3. DATLE

Plody datlovníku, mají nejvyšší energetickou hodnotu ze všech druhů ovoce. Mají velice malý obsah vody v poměru k vysokému obsahu sacharidů. Sušené datle jsou obzvláště bohaté na draslík a vitaminy B1, B2, B3, B5, B9, A, E a K. Datle dále obsahují vápník, měď, železo a hořčík. Čerstvé i sušené jsou rychlým zdrojem energie.

Složení: 100 % sušené datle vypeckované. Země původu: Irán

Alergeny: 0

<u>Výživové hodnoty na</u>	<u>100 g</u>
<u>energetická hodnota</u>	<u>1174 kJ/280 kcal</u>
<u>tuky</u>	<u>0,53 g</u>
<u>z toho nasycené mastné kyseliny</u>	<u>0,1 g</u>



MB INDUSTRY

## sušené ovoce

sacharidy 65 g z toho cukry	57 g
vláknina	8,7 g
bílkovina	1,85 g
sůl	0,035 g

### 4. ŠVESTKY

Švestky jsou peckovice modré až fialové barvy, mírně nasládlé chuti. Sušené jsou velice oblíbené pro svoji výraznou chuť, buď samotné jako zdravá svačinka nebo například při dochucování masitých pokrmů. Švestky mají příznivý obsah provitaminu A, vitamínů B1, B2, P. Velmi cenný je jejich obsah minerálů jako jsou draslík, fosfor, vápník, hořčík a železo.

Složení: sušené vypeckované švestky, slunečnicový olej. Země původu: Argentina, Bulharsko

Alergeny: 0

Výživové hodnoty na	100 g
energetická hodnota	1077 kJ/257 kcal
tuky	0,38 g
z toho nasycené mastné kyseliny	0,08 g
sacharidy	64,00 g
z toho cukry	38,00 g
vláknina	7,50 g
bílkovina	2,10 g
sůl	< 0,01 g

### 5. KLIKVA VELKOPLODÁ

Jedná se o plody klikvy velkoplodé, která původně pochází z Kanady. Její plody – brusinky, mají velice podobné chemické složení jako borůvka, ale odlišnou chuť a jiné účinky. Brusinky jsou doporučovány jako přírodní prostředek při narušení střevní mikroflóry, hlavně vznikla-li v důsledku užívání antibiotik. Konzumace brusinek se také doporučuje při zánětech močových cest. Země původu: USA

Alergeny: 0

Výživové hodnoty na	100 g
energetická hodnota	1288 kJ/308 kcal
tuky	1,09 g
z toho nasycené mastné kyseliny	0,088 g
sacharidy	82,80g
z toho cukry	72,56 g
vláknina	5,3 g
bílkovina	0,17 g
sůl	< 0,01 g

**Nenašli jste co jste hledali???**

Kontaktujte nás, naše nabídka je proměnlivá.

