

Zadanie1

Proszę obliczyć wartość energetyczną serów.

Ser feta 50g

Ser gouda 10g

Ser edamski 30g

Ser twarogowy chudy 200g

Tabela 10.9. Skład chemiczny różnych rodzajów serów

Rodzaj sera	Tłuszcz [%]	Białko [%]	Węglowodany [%]	Wapń [mg]	Woda [%]	Wartość energetyczna [kcal/100 g]
topiony edamski	27	13,5	1,2	367	55	298
feta	16	17	1	500	60,8	215
gouda	22,9	27,9	0,1	807	44,9	316
parmezan	32	41,5	0,1	1380	19,4	452
edamski	23,4	26,2	0,1	867	46	313
camembert	23	21,4	0,2	386	52,1	291
typu fromage	37,1	10,2	2,4	55	48,8	379
twarogowy chudy	0,5	19,8	3,5	96	75,3	99
twarogowy półtłusty	4,7	18,7	3,7	94	72,1	133
podpuszczkowo-kwasowy (homogenizowany)	11	12,7	3	98	72,6	161
twarogowy ziarnisty	4,3	12,3	3,3	80	79,2	101

Zadanie 1. Obliczyć zawartość białka w 200g sera feta.