

IKAI



Producent Kasz i Strączków

# KATALOG PRODUKTÓW

2022

# IKAI



Producent Kasz i Strączków



# IKAI



Producent Kasz i Strączków



---

## KASZE GRYCZANE



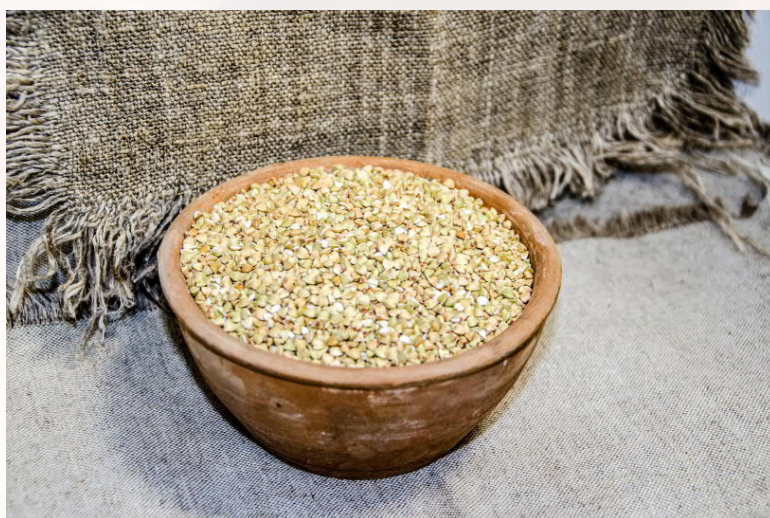
# IKAI

Producent Kasz i Strączków



## KASZA GRYCZANA BIAŁA

Wartość odżywcza	Wynik analizy Porcja 100 g		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	kJ	1449	17 %
	kcal	343	
Tłuszcz	g / 100 g	3	4
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	g / 100 g	1	5
Węglowodany	g / 100 g	61	23
W tym cukry	g / 100 g	1	1
Błonnik	g / 100 g	10	40
Białko	g / 100 g	13	26
sól	g/100g	<0,01	0



Kasza gryczana biała to najbardziej naturalna z kasz gryczanych i jedna z najzdrowszych, ceniona za walory smakowe oraz właściwości prozdrowotne. Przy jej produkcji nie są używane żadne procesy termiczne – jedynie obłuszczenie oczyszczonego i spełniającego normy jakościowe pełnowartościowego ziarna gryki. Jest bogata w witaminy, białko i błonnik oraz minerały, wapń, fosfor magnez, cynk i krzem. Korzystnie wpływa na metabolizm i znakomicie smakuje. Charakteryzuje się świetnym, delikatniejszym smakiem od kaszy gryczanej prażonej. A zatem kasza gryczana bardzo dobrze komponuje się z potrawami mięsnymi, rybnymi czy warzywnymi, podawana zarówno na ciepło, jak i na zimno.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## KASZA GRYCZANA PRAŻONA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	kJ	1493	18
	kcal	353	
Tłuszcz	g / 100 g	2.4	3
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	g / 100 g	0,5	3
Węglowodany	g / 100 g	66	25
W tym cukry	g / 100 g	1	1
Białko	g / 100 g	14	28
sól	mg / 100 g	0	0



Kasza gryczana prażona to aromatyczna naturalna kasza powstająca z obłuszczonego, oczyszczonego w pełni wartościowego ziarna gryki. Po oczyszczeniu ziarno gryki zostaje poddane procesom termicznym dzięki którym nabiera charakterystycznego aromatu i smaku. Jest to kasza wyjątkowo bogata w minerały, witaminy, białko. Spożycie 100 g kaszy dziennie pokrywa w 20–30% zapotrzebowanie na błonnik pokarmowy. Nie należy również zapominać o tym, że kasza jest również doskonałym źródłem witamin tj. B1, B2, B3, B5, kwasu foliowego oraz witaminy E i beta-karotenu. Kasza gryczana prażona jest znakomitym dodatkiem do potraw mięsnych, gulaszy, zup, potraw rybnych. Świetnie się komponuje z warzywami i orzechami.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków



## KASZA GRYCZANA PALONA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1493	18
	<b>kcal</b>	353	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	2.4	3
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,5	3
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	66	25
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	1	1
Białko	<b>g / 100 g</b>	14	28
sól	<b>mg / 100 g</b>	0	0



Kasza gryczana palona to aromatyczna naturalna kasza powstająca z obłuszczonego, oczyszczonego w pełni wartościowego ziarna gryki. Po oczyszczeniu ziarno gryki zostaje poddane procesom termicznym dzięki którym nabiera charakterystycznego aromatu i smaku. Kaszę gryczana palona od prażonej różni tylko i wyłącznie czas i stopień prażenia. Dzięki czemu jest ona bardziej krucha od prażonej która z kolei jest twardsza. Jest to kasza wyjątkowo bogata w minerały, witaminy, białko. Spożycie 100 g kaszy dziennie pokrywa w 20–30% zapotrzebowanie na błonnik pokarmowy. Nie należy również zapominać o tym, że kasza jest również doskonałym źródłem witamin tj. B1, B2, B3, B5, kwasu foliowego oraz witaminy E i beta-karotenu. Kasza gryczana prażona jest znakomitym dodatkiem do potraw mięsnych, gulaszy, zup, potraw rybnych. Świetnie się komponuje z warzywami i grzybami.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



**W OFERCIE TAKŻE KASZE GRYCZANE ŁAMANE - BIAŁA,  
PRAŻONA PALONA !**

# IKAI



Producent Kasz i Strączków

## KASZE JĘCZMIENNE



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## KASZA JĘCZMIENNA GRUBA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1439	17
	<b>kcal</b>	340	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	1.6	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0.2	1
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	69	26
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	2	2
Błonnik		2	8
Białko	<b>g / 100 g</b>	9.8	20
sól	<b>mg / 100 g</b>	0,01	0



Kasza jęczmienna gruba – kasza jęczmienna gruba powstaje w procesie obłuszczenia oczyszczonego ziarna jęczmienia, które zostaje następnie krojone i frakcjonowane. Kasza jęczmienna należy do jednych z najbardziej wartościowych produktów żywnościowych. Kasza jęczmienna gruba zawiera niewielki ilości tłuszczów, co może być wskazane szczególnie u osób odchudzających się lub borykających się z problemami układu krążenia czy cukrzycą. Jest bogata w witaminy, białko oraz błonnik. Doskonale nadaje się do dań jednogarnkowych, które wymagają dużo mieszania. Świetna dzięki charakterystycznemu smakowi do przygotowywania z niej różnorodnych potraw z warzywami, mięsem i dowolnymi sosami oraz zup

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag





# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## KASZA JĘCZMIENNA ŚREDNIA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1439	17
	<b>kcal</b>	340	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	1.6	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0.2	1
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	69	26
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	2	2
Błonnik		2	8
Białko	<b>g / 100 g</b>	9.8	20
sól	<b>mg / 100 g</b>	0,01	0



Kasza jęczmienna średnia – kasza jęczmienna średnia powstaje w procesie obłuszczenia oczyszczonego ziarna jęczmienia, które zostaje następnie krojone i frakcjonowane. Kasza jęczmienna należy do jednych z najbardziej wartościowych produktów żywnościowych. Kasza jęczmienna gruba zawiera niewielki ilości tłuszczów, co może być wskazane szczególnie u osób odchudzających się lub borykających się z problemami układu krążenia czy cukrzycą. Jest bogata w witaminy, białko oraz błonnik. Doskonale nadaje się do dań jednogarnkowych, które wymagają dużo mieszania. Świetna dzięki charakterystycznemu smakowi do przygotowywania z niej różnorodnych potrawki z warzywami, mięsem i dowolnymi sosami oraz zup

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## KASZA JĘCZMIENNA PĘCZAK

Składnik odżywczy	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1452	17
	<b>kcal</b>	343	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	2	3
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,35	2
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	74,9	28
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	0,5	1
Błonnik		5,4	22
Białko	<b>g / 100 g</b>	9	18
sól	<b>mg / 100 g</b>	0,01	0



Kasza pęczak jęczmienny – kasza jęczmienna, która powstaje w procesie obłuszczenia oczyszczonego ziarna jęczmienia, które jest tylko i wyłącznie obłuszczone - nie poddaje się go procesowi krojenia. Kasza jęczmienna należy do jednych z najbardziej wartościowych produktów żywnościowych. Kasza pęczak jęczmienny zawiera niewielki ilości tłuszczów, co może być wskazane szczególnie u osób odchudzających się lub borykających się z problemami układu krążenia czy cukrzycą. Jest bogata w witaminy, białko oraz błonnik. Doskonale nadaje się do dań jednogarnkowych, które wymagają dużo mieszania. Świetna dzięki charakterystycznemu smakowi do przygotowywania z niej różnorodnych potrawki z warzywami, mięsem i dowolnymi sosami oraz zup. Doskonale zastępuje ziemniaki, ryż czy też jednak bardziej popularną kaszę gryczaną.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## MAKA GRYCZANA BIAŁA I BRĄZOWA

### MAKA GRYCZANA BIAŁA

Składnik odżywczy	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
	kJ		
Wartość energetyczna	kJ	1500	18
	kcal	359	
Tłuszcz	g / 100 g	1,5	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	g / 100 g	0,2	1
Węglowodany	g / 100 g	74,9	28
W tym cukry	g / 100 g	0,8	1
Błonnik	g / 100 g	3,6	14
Białko	g / 100 g	8,5	17
Sól	g/100g	0	0

### MAKA GRYCZANA BRĄZOWA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
	kJ		
Wartość energetyczna	kJ	1520	18
	kcal	364	
Tłuszcz	g / 100 g	2,8	4
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	g / 100 g	0,5	3
Węglowodany	g / 100 g	66,9	25
W tym cukry	g / 100 g	1,5	2
Błonnik	g / 100 g	6,2	25
Białko	g / 100 g	13,5	27
Sól	g/100g	0	0



Mąka gryczana powstaje w procesie bardzo drobnego zmielenia obłuskanych nasion gryki zwyczajnej, czyli kaszy gryczanej. Smak i kolor mąki gryczanej różni się w zależności do tego, z jakiego rodzaju kaszy została wyprodukowana — z kaszy gryczanej prażonej czy kaszy gryczanej białej. W tym pierwszym przypadku po zmieleniu otrzymujemy mąkę o lekko brązowym zabarwieniu z ciemnymi plamkami i intensywniejszą smaku. Mąka z kaszy gryczanej białka ma jasnobrązowy kolor i znacznie delikatniejszy smak. Mąka gryczana, ze względu na to, że powstaje ziarna gryki, charakteryzuje się do podobnym profilem odżywczym jak kasza gryczana. Właściwości mąki gryczanej robi naprawdę i imponujące wrażenie. Mąka ta bogata jest w błonnik, białko, niacynę, aminokwasy i witaminę D. Jest również pełna potasu, fosforu, żelaza i wapnia. Doskonała do placków, naleśników, chleba gryczanego.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## MAKA GROCHOWA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1474	17
	<b>kcal</b>	348	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	2,9	4
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,6	3
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	68,4	25
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	0,1	0
Błonnik	<b>g / 100 g</b>	3,2	13
Białko	<b>g / 100 g</b>	10,5	21
Sól	<b>g/100g</b>	0,1	4



Mąka grochowa – powstaje w procesie drobnego przemielenia ziaren grochu. Jest produktem bezglutenowym jak mąki gryczane. Mąka powstająca z przemielenia ziaren grochu jest produktem wyjątkowo bogatym w białko roślinne i błonnik. Obniża cholesterol. Jest również bogata w witaminy i minerały. Posiada wyjątkowo charakterystyczny zarówno smak jak i zapach. Jest produktem o świetnych właściwościach kleistych dzięki czemu może służyć do zagęszczania różnego rodzaju zup czy sosów jak i wypieku chleba.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI



Producent Kasz i Strączków



## STRĄCZKI



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## FASOLA KARŁOWY JAŚ

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1133	13
	<b>kcal</b>	272	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	1.6	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0.3	2
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	37	14
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	6.9	8
Białko	<b>g / 100 g</b>	19	38
sól	<b>mg / 100 g</b>	0	0



Fasola Jaś Karłowy należy do rodziny bobowatych. Ma ona wiele istotnych dla człowieka wartości odżywczych. Na świecie uprawia się ok. 400 gatunków fasoli i każda z nich jest bogatym źródłem białka. Różnią się one jedynie zawartością składników mineralnych i kalorycznością. Kolejną cechą rozróżniającą wszystkie gatunki fasoli jest jej rozmiar i kolor. Najpopularniejszym gatunkiem, goszczącym często w naszych kuchniach, jest fasola biała jaś karłowy. Każda z odmian fasoli to źródło białka roślinnego – zawiera go aż 22 proc. Fasola wśród roślin zajmuje pod tym względem trzecie miejsce, po soi i grochu. Fasolę warto też spożywać ze względu na obecność witamin: B. W fasoli znajdziemy dużo potasu, wapnia i fosforu. Nie znajdziemy w niej natomiast sodu. Ma charakterystyczny smak. Doskonały składnik zup, past, sałatek, dań jednogarnkowych np. fasolka po bretońsku.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## FASOLA CZERWONA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1.410	17
	<b>kcal</b>	337	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	1.06	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0:15	1
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	61,29	24
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	2.23	2
Białko	<b>g / 100 g</b>	22:25	45
sól	<b>mg / 100 g</b>	0:12	0



Fasola czerwona - Fasola czerwona jak większość warzyw strączkowych jest jedno z najatrakcyjniejszych roślinnych źródeł białka, jest doskonałą propozycją zwłaszcza dla wegetarian, dostarczając cennych aminokwasów takich jak lizyna, izoleucyna czy metionina. Fasola czerwona jest bogatym źródłem białka oraz błonnika. Jest to warzywo strączkowe popularne w Polsce, jednak największą popularność osiąga dzięki temu że jest podstawą diety sporej części społeczeństwa obu Ameryk, Chin, Indii i Bliskiego Wschodu. Czerwona odmiana, jako duża i bardzo atrakcyjna wizualnie, cieszy się szczególną popularnością, stanowiąc kluczowy składnik wielu tradycyjnych dań. Jest doskonałym składnikiem past, zup, chilli con carne, czy potraw indyjskich. Co może zaskakiwać gotowana z cukrem nadaje się po zrobieniu z niej charakterystycznej pasty do deserów

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## FASOLA BIAŁA DROBNA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1263	15
	<b>kcal</b>	301	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	2,1	3
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,7	4
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	34	13
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	4,1	5
Błonnik	<b>g / 100 g</b>	27	108
Białko	<b>g / 100 g</b>	23	46
sól	<b>mg / 100 g</b>	0	0



Fasola drobna należy do rodziny bobowatych jak i pozostałe oferowane fasole. Ma ona wiele istotnych dla człowieka wartości odżywczych. Na świecie uprawia się ok. 400 gatunków fasoli i każda z nich jest bogatym źródłem białka. Różnią się one jedynie zawartością składników mineralnych i kalorycznością. Kolejną cechą rozróżniającą wszystkie gatunki fasoli jest jej rozmiar i kolor. Fasola drobna jest popularna w polskiej kuchni jednak popularnością ustępuje miejsca Fasoli Jaś. Każda z odmian fasoli to źródło białka roślinnego – zawiera go aż 22 proc. Fasolę warto też spożywać ze względu na obecność witamin: B. W fasoli znajdziemy dużo potasu, wapnia i fosforu. Nie znajdziemy w niej natomiast sodu. Ma charakterystyczny smak. Doskonały składnik zup, sałatek dzięki charakterystycznej wielkości oraz smakowi.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag





# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## FASOLA JAŚ TYCZNY

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1206	14
	<b>kcal</b>	288	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	2,5	4
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,7	4
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	33	12
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	8,8	10
Błonnik	<b>g/100 g</b>	28	112
Białko	<b>g / 100 g</b>	19	38
sól	<b>mg / 100 g</b>	0	0



Fasola tyczna - **Piękny Jaś Tyczny** to odmiana fasoli uprawianej na suche nasiona. Jest to bezsprzecznie najbardziej popularna odmiana fasoli zaraz po Jasiu Karłowym. To jej najczęściej szukamy w sklepach lub uprawiamy w przydomowych ogrodach warzywnych. Jej duże, smaczne nasiona to niezbędny składnik zupy fasolowej i tak zwanej fasolki po bretońsku. Jest bogatym źródłem błonnika i białka roślinnego. Fasolę warto też spożywać ze względu na obecność witamin: **B**. W fasoli znajdziemy dużo potasu, wapnia i fosforu. Nie znajdziemy w niej natomiast sodu. Ma charakterystyczny smak. Jest świetnym dodatkiem do zup fasolowych czy bardzo popularnej fasolki po bretońsku dzięki zarówno wielkości jak i charakterystycznemu smakowi.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## GROCH ŻÓŁTY OBŁUSZCZONY - CAŁY I POŁÓWKA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	kJ	1345	16
	kcal	319	
Tłuszcz	g / 100 g	1,4	2
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	g / 100 g	0,22	1
Węglowodany	g / 100 g	60,2	22
W tym cukry	g / 100 g	0,8	1
Błonnik	g / 100 g	15	60
Białko	g / 100 g	23,8	48
Sól	g/100g	0,07	3



Groch żółty połówka i cały – Groch to roślina strączkowa, której wartości odżywcze i właściwości zdrowotne są doceniane od tysiącleci. Groch żółty cały i połówka powstaje w wyniku obłuszczenia suchych, czystych i pełnowartościowych zdrowych ziaren grochu suchego żółtego. Jest znany z bogactwa minerałów takich jak kwas foliowy, magnez, żelazo, wapń oraz witaminy z grupy B, A, K, C i witaminy E, uważanej za witaminę odpowiedzialną za piękno i młodość. Zawartość takich minerałów i witamin powoduje, że pokarm z zawartością grochu jest odkwaszający dla organizmu człowieka. Groch jest przede wszystkim dobrym źródłem białka. Dostarcza też składniki mineralne, takie jak żelazo, wapń, fosfor, magnez, potas. Poza tym zawiera witaminy z grupy B, które chronią układ nerwowy i pomagają zapobiegać stanom lękowym i depresji oraz łagodzą skutki stresu. Ma też sporo antynowotworowych przeciwutleniaczy. Dzięki posiadaniu charakterystycznego smaku jest doskonałym składnikiem zup, sosów, jest podstawą popularnej zupy grochówki jak i kapusty z grochem.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI



Producent Kasz i Strączków



## CIECIERZYCA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1284	15
	<b>kcal</b>	305	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	5,4	8
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,5	3
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	36	14
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	0,5	1
Białko	<b>g / 100 g</b>	20	40
sól	<b>mg / 100 g</b>	0,1	2



Ciecierzycy, znana także jako cieciorka lub groch włoski, to roślina strączkowa, której właściwości zdrowotne od dawna są doceniane w krajach basenu Morza Śródziemnomorskiego i Bliskiego Wschodu np. W kuchni arabskiej. Ciecierzycy, poza tym, że jest skarbnicą białka, w sporych ilościach posiada inne składniki, które zapobiegają zaparciom, sprzyjają odchudzaniu, obniżają ciśnienie krwi i poziom cholesterolu. Oprócz tego zawiera witaminy, w tym m.in. C, K, A, B, kwas foliowy, minerały – np. żelazo, magnez, cynk, potas i co ważne – mało tłuszczu (w 100 g jest go zaledwie 2,6 g). Można spotkać opinie, że to jedyna roślina, które nie chłonie z gleby zanieczyszczeń. Ponadto jest uważana za afrodyzjak. Posiada swoisty smak dzięki czemu jest składnikiem wielu past i potraw kuchni śródziemnomorskiej i bliskowschodniej. Używana też do deserów jako zamiennik jajek dzięki właściwościom kleistym.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## SOCZEWICE - ZIELONA, CZERWONA, ŻÓŁTA

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	1440	17
	<b>kcal</b>	341	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	3	4
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	0,45	2
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	57,5	21
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	1,1	1
Błonnik	<b>g/100g</b>	8,9	60
Białko	<b>g / 100 g</b>	25,4	51
Sól	<b>g/100g</b>	0,005	0



Soczewica jest rośliną strączkową, którą już w czasach starożytnych wykorzystywano jako zamiennik mięsa. Współcześnie soczewica jest uprawiana niemal na całym świecie i jest ważnym składnikiem zdrowej, pełnowartościowej diety. Szczególną popularnością cieszy się wśród wegetarian i wegan – zawiera duże ilości białka, które jest drugim najlepiej przyswajalnym przez organizm człowieka białkiem pochodzenia roślinnego i może stanowić alternatywę dla białka zwierzęcego. Soczewica, podobnie jak inne rośliny strączkowe, posiada wyjątkowe właściwości prozdrowotne, gdyż jest skarbnicą wielu składników odżywczych. Soczewica jest źródłem dobrze przyswajalnego białka, a także obniżającego ciśnienie krwi potasu i niezbędnego dla kobiet w ciąży kwasu foliowego. Istnieje kilka rodzajów soczewicy, które pod względem kaloryczności i zawartości składników odżywczych nieznacznie różnią się od siebie. Doskonała jako zamiennik mięsa, nadaje się do kotletów, zup, sosów.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków

## SIEMIĘ LNIANE

Wartość odżywcza	Wynik analizy		Referencyjne wartości spożycia (RWS) * %
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	2071	25
	<b>kcal</b>	499	
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	31	44
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	2,36	12
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	35	13
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	0.1	0
Błonnik	<b>g/100g</b>	18	72
Białko	<b>g / 100 g</b>	28,9	58
Sól	<b>G/ 100 G</b>	0,02	1



Siemię lniane to płaskie nasiona lnu zwyczajnego o wielkości 2–3 mm wykorzystywane jako zielarski środek leczniczy. Wyróżnia się dwa rodzaje siemienia lnianego: brązowe oraz złote. Posiadają one zbliżone do siebie właściwości, jednak brązowe siemię lniane jest częściej wykorzystywane ze względu na niższą cenę. Siemię lniane nie ma wyraźnego smaku, po zalaniu wodą pęcznieje i wytwarza śluz. Siemię można spożywać bezpośrednio – jako dodatek do potraw, w postaci zmielonej lub w formie naparu (często nazywanego kisiem bądź kleikiem z siemienia lnianego). Siemię lniane zawiera szereg substancji odżywczych, które mają pozytywny wpływ na układ pokarmowy, oddechowy, sercowo-naczyniowy. Nasiona lnu mielonego działają korzystnie także na pracę mózgu oraz na kondycję skóry, włosów oraz paznokci. Nasiona lnu, z uwagi na fakt, iż zawierają dużą ilość błonnika, wykorzystywane są w procesie odchudzania. Błonnik absorbuje wodę, dzięki czemu zwiększa swoją objętość, dając odczucie sytości. Odczucie sytości zwiększa się dzięki spowalnianiu opróżniania żołądka, co przekłada się na zahamowane apetytu.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg

worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków



## GORCZYCA

Wartość odżywcza	Wynik analizy	
Wartość energetyczna	<b>kJ</b>	2136
	<b>kcal</b>	510
Tłuszcz	<b>g / 100 g</b>	36,24
W tym nasycone kwasy tłuszczowe	<b>g / 100 g</b>	2
Węglowodany	<b>g / 100 g</b>	28,09
W tym cukry	<b>g / 100 g</b>	6,8
Błonnik	<b>g / 100 g</b>	12,2
Białko	<b>g / 100 g</b>	26,08
Sól	<b>g/100g</b>	13



Gorczyca jest znaną od wieków przyprawą stosowaną przez ludzi, w dzisiejszych czasach stosowana głównie do produkcji musztard. Gorczyca to nie tylko przyprawa, która znalazła szerokie zastosowanie w kuchni. To także zioło, którego właściwości zdrowotne od lat docenia się w medycynie. Z jej leczniczego działania powinny skorzystać zwłaszcza osoby zmagające się z bólami reumatycznymi. Powstające z nasion tej rośliny tzw. poduszki gorczycowe łagodzą bowiem nieprzyjemne dolegliwości. O dziwo o czym nie każdy wie, Gorczyca to roślina z rodziny kapustowatych. Nasiona niektórych jej gatunków znalazły zastosowanie jako przyprawa oraz surowiec do wyrobu musztardy, a także - ze względu na właściwości zdrowotne - jako środek leczniczy w medycynie naturalnej.

GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI

Producent Kasz i Strączków



## ŁUBIN I WYKA

DODATKOWO OFERUJEMY RÓWNIEŻ ŁUBIN W KILKU ODMIANACH ORAZ WYKĘ.



GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag



# IKAI



Producent Kasz i Strączków



## WYKA



GRAMATURA : 25 Kg, 50 kg, 100 kg, 1000 kg  
worki polipropylenowe, worki typu Big-Bag





# IKAI



Producent Kasz i Strączków

## SKUP ZBÓŻ



# IKAI



Producent Kasz i Strączków

## GRYKA

---





# IKAI



Producent Kasz i Strączków



## GROCH POLNY

---



# IKAI



Producent Kasz i Strączków



## JĘCZMIENĆ

---



# IKAI



Producent Kasz i Strączków

P.H.U. IKAI Jan Krzysztoń

Andrzejów 102

23-302 Godziszów NIP: 862-10-97-750

Tel. + 48 502 109 595/ + 48 501 103 574 / + 48 158 711 307

email: [ikai.krzyszton@gmail.com](mailto:ikai.krzyszton@gmail.com)

[www.phu-ikai.pl](http://www.phu-ikai.pl)

**NAJWYŻSZA JAKOŚĆ  
ZDROWE I NATURALNE PRODUKTY !**



**ZAPRASZAMY  
DO WSPÓŁPRACY !**



P.H.U. IKAI Jan Krzysztoń

2022