



[< retour](#)

*Fruits et légumes*

# Pousses de betterave



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



**Type :** Racines (Betterave, Carotte, Radis...)

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

22  
kcal

protéines

2,20  
g

glucide

4,33  
g

lipide

0,13  
g

magnesium

70,00  
mg

|               |              |                           |             |            |
|---------------|--------------|---------------------------|-------------|------------|
| calcium       | sodium       | acides<br>gras<br>saturés | phosphore   | sucre      |
| 117,00<br>mg  | 226,00<br>mg | 0,02<br>g                 | 41,00<br>mg | 0,50<br>g  |
| fibres        | cuivre       | zinc                      | fer         | manganèse  |
| 3,70<br>g     | 0,19<br>mg   | 0,38<br>mg                | 2,57<br>mg  | 0,39<br>mg |
| vitamin<br>B1 |              |                           |             |            |
| 0,10<br>mg    |              |                           |             |            |

[Afficher plus](#)

\* Source de données : AFSSA

Il n'y a actuellement aucun contenu classé avec ce terme.

## Liens

[1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16171>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16171>