



[< retour](#)

*Epicerie*

# Fregola Sarda



Aimez-vous cet ingrédient ?

[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :

jan fév mar avr mai jui jui aoû sep oct nov déc

**Type** : Pâtes

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

**353**  
kcal

protéines

**11,80**  
g

glucide

**67,60**  
g

lipide

**2,20**  
g

magnesium

**76,70**  
mg

calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
26,10 mg	4,21 mg	0,31 g	160,00 mg	1,80 g
fibres	cuivre	zinc	fer	manganèse
6,10 g	0,35 mg	1,94 mg	3,20 mg	1,94 mg
vitamin B1				
0,25 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/16284>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16284>