< retour

Fruits et légumes

Barba di frate

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 : Feuilles (Epinard, Oseille, Salade...)

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	calcium
17 kcal	1,80 g	2,20 g	0,20 g	131,00 mg

* Source de données : AFSSA

phosphore	sucre	fibre	fer	vitamin A
34,00 mg	2,20 g	2,30 g	1,20 mg	392,00 µg

vitamin B1	vitamin B2	vitamin B3	vitamin C
0,03 mg	0,19 mg	0,80 mg	24,00 mg

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

Liens

[1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16363

[2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16363