



[< 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

17
kcal

protéines

1,80
g

glucide

2,20
g

lipide

0,20
g

calcium

131,00
mg

* Source de
données :
AFSSA

phosphore

34,00
mg

sucre

2,20
g

fibre

2,30
g

fer

1,20
mg

vitamin A

392,00
µg

vitamin
B1

0,03
mg

vitamin
B2

0,19
mg

vitamin
B3

0,80
mg

vitamin C

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>