



[< retour](#)

*Fruits et légumes*

# Purée de potiron



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** : Concombre, courge, potiron...

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

**34**  
kcal

protéines

**1,10**  
g

glucide

**8,09**  
g

lipide

**0,28**  
g

magnesium

**23,00**  
mg

calcium	sodium	acides gras saturés	phosphore	sucre
26,00 mg	5,00 mg	0,15 g	35,00 mg	3,30 g
fibres	cuivre	zinc	fer	manganèse
2,90 g	0,11 mg	0,17 mg	1,39 mg	0,15 mg
vitamin B1				
0,02 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/16433>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16433>