



[< retour](#)

*Epicerie*

# Flocons de soja



Aimez-vous cet ingrédient ?

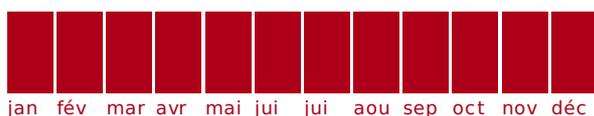
[IMPRIMER](#) [1]

[TÉLÉCHARGER](#) [2]

À PROPOS DE

## CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



**Type :** Gousses et Graines (Haricots verts...)

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)

calories

**446**  
kcal

protéines

**36,49**  
g

glucide

**30,16**  
g

lipide

**19,94**  
g

magnesium

**280,00**  
mg

calcium 277,00 mg	sodium 2,00 mg	acides gras saturés 2,88 g	phosphore 704,00 mg	fibre 15,06 g
civre 1,66 mg	zinc 4,89 mg	fer 15,70 mg	manganèse 2,52 mg	vitamin B1 0,87 mg
vitamin B2 0,87 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/16446>

[2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16446>