



Puerros, (bulbo y parte inferior de las hojas), crudos

TOTAL 14.8 3

Perfil de macronutrientes [gr. de nutriente por cada 100 gr. de alimento]



Proteínas 83, Agua 4, Azúcares 10, Fibras, Alcohol, Grasas, Otros

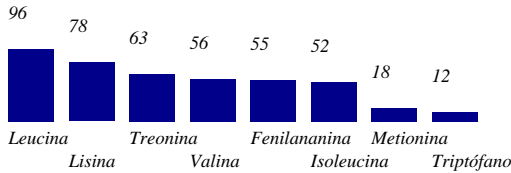
FIBRA 7.2 4.7

Energía [kcal por cada 100 gr. de alimento]

61

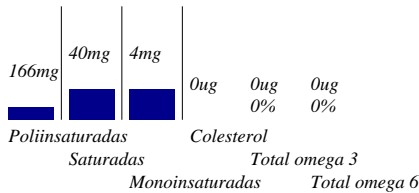
kCALs 2.7 2.3 91.1

Perfil de aminoácidos esenciales [mg de nutriente por cada 100 gr. de alimento]



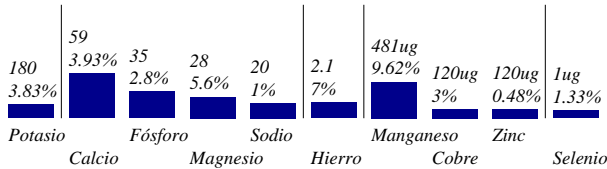
PROTE. 3.3 2.7 100

Perfil de grasas principales [gr. de grasa por cada 100 gr. de alimento]



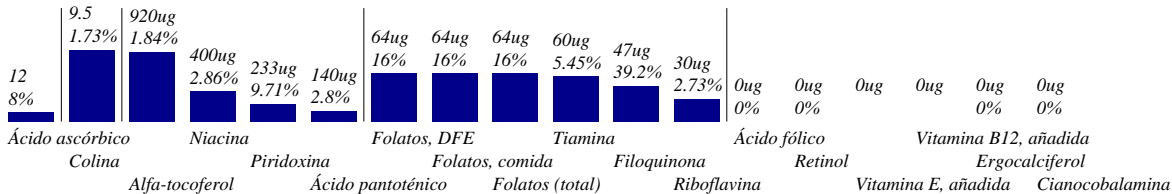
AGE 0

Perfil de minerales y oligoelementos [mg de nutriente por cada 100 gr. de alimento]



MINER. 3.9

Perfil de vitaminas [mg de vitamina por cada 100 gr. de alimento]



VITAM. 7.6

Perfil de fitoquímicos [mg. de nutriente por cada 100 gr. de alimento]

