

Fiche technique

Catégorie : Garniture

LENTILLE BIO

Ingrédients:

Lentilles vertes variété Anicia



Valeurs nutritionnelles (pour 100 gr):

Valeur énergétique : 360 kcal / 1507 kj

- Glucides : 59 g, dont sucre 1 g
- Protéines : 25.2 g
- Lipides : 2 g, dont acides gras saturé
- Fibres : 14,5 g
- Minéraux : 2.4 g dont Fer: 11 mg ; Magnésium: 103 mg ; Phosphore : 531 mg
- Sel : 0,08 g