

# BAIES D'ARONIA SÉCHÉES

VALEURS NUTRITIVES MOYENNES 100G

énergie 1614 kJ (382 kcal)

lipides 1.2 g

acides gras saturés 0 g

glucides 82 g

sucre 57 g

fibres alimentaires 16 g

protéines 2.8 g

sel 0.04 g

vitamine E \* 6.6 mg

magnésium \*\* 80.3 mg

potassium \*\*\* 820 mg

## INFORMATIONS NUTRITIONNELLES:

Apport de référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal)

1 emballage contient 2,5 portions.

\* 100 g couvrent 55 % de l'apport de référence pour un adulte.

\*\* 100 g couvrent 21 % de l'apport de référence pour un adulte.

\*\*\* 100 g couvrent 41 % de l'apport de référence pour un adulte.

## INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES:

Petites baies, grands effets: nos baies d'aronia sont riches en potassium et en vitamine E. La vitamine E aide les cellules à se protéger du stress oxydatif tandis que le potassium contribue à maintenir la tension artérielle à un niveau normal. De vrais super-héros! Dose recommandée: 2 cuillères à soupe (40 g) de baies d'aronia par jour fournissent la dose recommandée en potassium et en vitamine E et constituent ainsi un bon complément à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain.