

# Informations nutritionnelles

## Légumes qui poussent aux Antilles



# Informations nutritionnelles :

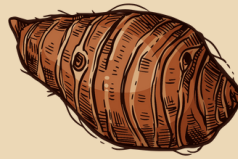
## Légumes qui poussent aux Antilles

Pour 100g



**Igname**

<b>Calories</b>	118 Kcal
<b>Protéines</b>	1.49 g
<b>Lipides</b>	0.15 g
<b>Glucides</b>	31 g
<b>Fibres</b>	3.9 g



**Dachine**

109.4 Kcal
1.15 g
0.3 g
-
2.1 g



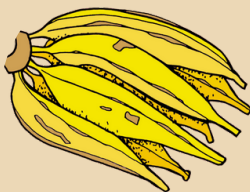
**Manioc**

138 Kcal
1 g
0.4 g
31.8 g
4 g



**Patate douce**

108 Kcal
1 g
0.3 g
24.8 g
3.14 g



**Banane plantain**

116 Kcal
0.8 g
0.2 g
31.1 g
2.3 g



**Giraumon**

20 Kcal
1 g
0.1 g
4 g
1.3 g



**Fruit à pain**

103 Kcal
1.1 g
0.2 g
27.1 g
4.9 g



**Pommes de terre**

87 Kcal
1.9 g
0.2 g
4.5 g
2.5 g

# Informations nutritionnelles :

## Légumes qui poussent aux Antilles

Pour 100g



	<b>Gombos</b>	<b>Haricots Verts</b>	<b>Christophine</b>	<b>"Ti nain"</b>
<b>Calories</b>	22 Kcal	25 Kcal	22 Kcal	110 Kcal
<b>Protéines</b>	1.9 g	2 g	0.6 g	1.4 g
<b>Lipides</b>	0.2 g	0.2 g	0.5 g	0.2 g
<b>Glucides</b>	4.5 g	3.7 g	4.5 g	27.7 g
<b>Fibres</b>	2.5 g	3.1 g	2.8 g	0.5 g