

Saboreja la tardor



Kcal / 100 g Greixos

Sabies que hi ha més de deu varietats de carbasses?



176

2



638

63



583

54



La carbassa més gran del món es va cultivar a Estats Units i pesava 911 kg!



El moniato presenta major quantitat de vitamines que la patata

**L'arbre castanyer pot viure més de 500 anys!
La fruita va recoberta d'un pelló eriçat d'espines rígides i punxants.
Cada pelló acostuma a contenir 3 castanyes.**



Kcal / 100 g

Vit. A
[µg]

Vit. C
(mg)

115

655

25



73

0,87

17

Els menús d'aquesta escola són supervisats cada mes per l'equip de dietistes - nutricionistes de CESNUT Nutrició.
Si té algun dubte del menú pot posar-se en contacte amb nosaltres: info@cesnut.com.