

COLIFLOR



La coliflor recibe este nombre porque realmente es una flor. La parte que comemos consiste en un racimo de cabezas florales. Si se dejaran crecer, producirían un racimo de pequeñas flores



DETALLES DEL PRODUCTO

La coliflor viene en diferentes colores además del blanco, como verde, púrpura y naranja.

La coliflor está relacionada con el brócoli, el repollo, la col rizada, los nabos, los nabos suecos y los brotes de Bruselas.

¡Esta verdura está cargada de vitaminas, principalmente vitaminas C y K!



FRESHEALTH

Nutrition Facts

1 serving per container
Serving size 100 g

Amount per serving
Calories 25

% Daily Value *

Total Fat 0g 0%

Saturated Fat 0g 0%

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg 0%

Sodium 30mg 1%

Total Carbohydrate 5g 2%

Dietary Fiber 2g 7%

Total Sugars 2g

Includes 0g Added Sugars 0%

Protein 2g

Vitamin D 0mcg 0%

Calcium 20mg 2%

Iron 0.4mg 2%

Potassium 300mg 6%

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Calories per gram:
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4

INGREDIENTS: Cauliflower, Raw