

MONEDAS DE ZANAHORIA Y RÁBANO



Se cortan en círculos en forma de moneda o en trozos. ¿Conoces los nombres de las monedas de Estados Unidos y el valor de cada una? Por ejemplo: Penny = 1 centavo.

DETALLES DEL PRODUCTO

Tanto las zanahorias como los rábanos son tubérculos. Otros tubérculos incluyen: papas, remolachas, chirivías, colinabos, nabos y batatas.

Las zanahorias son una excelente fuente de vitamina A, mientras que los rábanos son una buena fuente de vitamina C y B9. Ambas son ricas en potasio. Ambas verduras son una buena fuente de vitamina K, que ayuda al cuerpo a sanar tras un corte o raspadura.

FRESHEALTH

Nutrition Facts

1 serving per container
Serving size 100 g

Amount per serving
Calories 30

% Daily Value *

Total Fat 0g 0%

Saturated Fat 0g 0%

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg 0%

Sodium 55mg 2%

Total Carbohydrate 6g 2%

Dietary Fiber 2g 8%

Total Sugars 3g

Includes Added Sugars 0%

Protein 1g

Vitamin D 0mcg 0%

Calcium 30mg 2%

Iron 0.3mg 2%

Potassium 280mg 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