

Nom de la boutique

# FRUITS À PRIVILÉGIER EN ALIMENTATION KETO

Nom de la boutique



Nom de la boutique

# FRUITS À PRIVILÉGIER

*Pour 100 g crus*

FRUITS	G NETS	L	P
RHUBARBE	2 g	0 g	1 g
CITRON JAUNE	2 g	1 g	1 g
CITRON VERT	3 g	0 g	1 g
CARAMBOLE	4 g	0 g	1 g
MÛRE	4 g	1 g	1 g
FRAISE/FRAMBOISE	6 g	1 g	1 g

Nom de la boutique

**POUR 100G CRUS**

<b>FRUITS</b>	<b>G NETS</b>	<b>L</b>	<b>P</b>
FIGUE DE BARBARIE	<b>6 g</b>	0 g	0 g
NOIX DE COCO	<b>6 g</b>	33 g	4 g
GROSEILLE	<b>7 g</b>	1 g	2 g
CRANBERRY	<b>8 g</b>	0 g	1 g
PASTÈQUE	<b>8 g</b>	1 g	1 g
PAPAYE	<b>9 g</b>	0 g	1 g
GOYAVE	<b>9 g</b>	1 g	2 g

Nom de la boutique

**POUR 100G CRUS**

<b>FRUITS</b>	<b>G NETS</b>	<b>L</b>	<b>P</b>
CASSIS	<b>10 g</b>	1 g	1 g
KUMQUAT	<b>10 g</b>	1 g	2 g
MYRTILLE	<b>11 g</b>	0 g	1 g
FRUITS DE LA PASSION (pulpe et pépins)	<b>11 g</b>	3 g	2 g
CERISE	<b>13 g</b>	0 g	1 g