



AVOKADO (BESİN DEĞERLERİ)

Adı.....: Avokado
Ağırlık gr.....: 100
Protein.....: 2,1
Karbonhidrat: 6,3
Yağ.....: 16,4
Kolesterol...: -
Kalori.....: 167
Kalsiyum.....:
Demir.....:
A vitamini...:
B1 vitamini..:
B2 vitamini..:
Niasin.....:
C vitamini...:

