

KIWI ZESPRI GREEN

VALEUR NUTRITIONNELLE



ÉLEVÉE

SCORE D'ADÉQUATION
NUTRITIONNEL¹⁻²

8.7



ÉLEVÉE

DENSITÉ
NUTRITIONNELLE¹⁻²

14.3



FAIBLE

INDICE
GLYCÉMIQUE¹

39



ÉNERGIE

61 KCAL / 100 G^{1,3-4}

1. Boland M, Moughan PJ. *Advances in food and nutrition research. Nutritional benefits of kiwifruit*. Waltham, MA: Elsevier Inc; 2013.
<https://www.elsevier.com/books/nutritional-benefits-of-kiwifruit/boland/978-0-12-394294-4>
2. Darmon N, Darmon M, Maillot M, Drewnowski A. *A nutrient density standard for vegetables and fruits: nutrients per calorie and nutrients per unit cost*. J Am Diet Assoc. 2005;105:1881-7.
[https://jandonline.org/article/S0002-8223\(05\)01552-X/abstract](https://jandonline.org/article/S0002-8223(05)01552-X/abstract)
3. Crop & Food Research, *New Zealand Nutrient composition of New Zealand Zespri Green kiwifruit*, 2015.
4. Il existe un nombre d'équations qui permettent de calculer l'énergie, comme noté par la Commission européenne (2014). Ces calculs font référence à la législation de la Commission européenne qui calcule l'énergie en total des carbohydrates plus les fibres. http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation/index_en.htm