

# VALEUR CALORIQUE

# ET INDICE GLYCÉMIQUE



## ÉNERGIE

61-63 KCAL /  
100G<sup>1,3-4</sup>



## FAIBLE

INDICE GLYCÉMIQUE<sup>1</sup>

38-39

1 KIWI MOYEN  
≈ 45-55 KCAL



1. The New Zealand Institute for Plant & Food Research Limited. (2015). Base de données des compositions alimentaires de Nouvelle-Zélande : FOODfiles de Nouvelle-Zélande 2014 version 01. Retrieved March 30, 2015 from <http://www.foodcomposition.co.nz/foodfiles>.
3. 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](http://ec.europa.eu/food/safety/labelling_nutrition/labelling_legislation/index_en.htm)
4. Monro JA. Le kiwi, disponibilité de carbohydrates et réponse glycémique. *Adv Food Nutr Res.* 2013;68:257-71.