

Frutta, verdura e fabbisogno di folati



**1 PORZIONE
DI LAMPONI**

15%



**1 FINOCCHIO
CRUDO**

30%



**1 PORZIONE
DI CAVOLFIORI
CRUDI**

33%



**1 PORZIONE
DI INDIVIA
O SCAROLA**

38%



**1 PORZIONE
DI BROCCOLI
CRUDI**

80%