Les fruits rouges

Une réelle attractivité pour votre rayon. Une palette de couleurs et de saveurs incontournable qui valorise votre savoir-faire. Nos baies sont sélectionnées pour leur très bonne saveur et leur excellente conservation.

Le stockage à 4°C avec 95% de taux d'humidité assure une conservation optimale.

Nous répondons aux standards de qualité et d'hygiène HACCP.

Sur demande, nos productions peuvent être conditionnées sous film rétractable micro-perforé.

La fraîcheur est garantie au quotidien par une sélection variétale rigoureuse.



Calendrier de commercialisation

	JAN	FEV	MAR	AVR	MAI	JUI	JUIL	AOU	SEPT	OCT	NOV	DEC
Cassis												
Framboise												
Groseille Blanch	ne											
Groseille Rouge												
Groseille à Maq	uereau											
Mûre												
Myrtille												
Déco Rouge	•											

Barquette	Barquette	1 kilo
125g	250g	vrac

Cassis 3 54090 000016 0 Composants 100g Eau 77.40 g 1.80 % Protéines $0.90\,\mathrm{g}$ Lipides 0.50 g 0.70 % Acide gras 0.09 g 0.41 % 10.40 g Glucides 4.00 % 6.60 g 7.32 % 7.80 g 31.20 %

Le cassis est le fruit le plus riche en Vitamine C (250% des AJR pour 100g) et en Polyphénols. La vitamine C contribue au bon fonctionnement du système immunitaire pendant et après un exercice physique.

Vitamines			
Béta carotène	100 μg	-	
Α	16.6 μg	2.08 %	
B.1	0. 030 mg	2.72 %	
B.2	0.060 mg	4.29 %	
B.3	0.300 mg	1.87 %	
B.5	0.40 mg	6.67 %	
B.6	0.08 mg	5.71 %	
B.9	12.1 μg	6.05 %	
С	200 mg	250%	
E	1 mg	8.33 %	

Appelez-nous au : 01.46.86.31.78

Minéraux		
Calcium	60 mg	7.50 %
Cuivre	0.14mg	14.20 %
Fer	1.30 mg	9.31 %
Iode	1.35 μg	0.90 %
Magnésium	17 mg	4.53 %
Manganèse	0.3 mg	15.00 %
Phosphore	43 mg	6.11 %
Potassium	370 mg	18.50 %
Sélénium	1.1 μg	0.01 %
Sodium	3 mg	

Antioxydants	
Flavonoïdes	607.08 mg
A. phénoliques	14.08 mg
Polyphénols	621.88 mg

73 calories pour 100g (4%)

Les fruits rouges

Framboise

3 54090 000010 8

Composa	100g	
Eau	84.70 g	-
Protéines	1.40 g	2.81 %
Lipides	0.30 g	0.42 %
Acide gras	0.021 g	0.10 %
Glucides	4.25 g	1.63%
Sucres	4.25 g	4.73%
Fibres	6.70 g	26.8%
Acides	2.12 g	-

53 calories pour 100g

La framboise est riche en Vitamine C (31% des AJR pour 100g)

Source importante de Vitamine B9 pour 18.2% des AJR. Présence importante de cuivre et de manganèse qui assure un bon métabolisme et réduit la fatique.

		5
Vitamines	5	
Béta carotène	45 μg	-
Α	7.5 μg	0.94 %
B.1	0.03 mg	2.73 %
B.2	0.152 mg	10.8 %
B.3	0.500 mg	3.12 %
B.5	0.284 mg	4.73 %
B.6	0.06 mg	4.29 %
B.9	36.5 μg	18.20 %
С	25.1 mg	31.30 %
E	0.48 mg	4.00 %

Minéraux		
Calcium	20.6 mg	2.57 %
Cuivre	0.11 mg	11.00 %
Fer	0.71 mg	5.11 %
lode	0.5 μg	0.33 %
Magnésium	22.4 mg	5.97 %
Manganèse	0.45 mg	22.75 %
Phosphore	24 mg	3.49 %
Potassium	201 mg	10.05 %
Sélénium	0.74 μg	1.35 %
Sodium	3.45 mg	-

Antioxydants	
Flavonoïdes	94.49 mg
A. phénoliques	112.78 mg
Polyphénols	207.27 mg

Groseille

3 54090 000011 5

Composa	100g	
Eau	82.40 g	
Protéines	1.10 g	2.20 %
Lipides	0.50 g	0.71 %
Acide gras	0.132 g	0.66 %
Glucides	6.14 g	2.36 %
Sucres	5.39 g	5.98 %
Fibres	7.40 g	29.60 %
Acides	2.38 g	-

La groseille est le fruit riche en Vitamine C (30% des AJR pour 100g) et en fibres. Les fibres aident au transit intestinal et assurent une bonne digestion.

Vitamines		
Béta carotène	25 μg	0.52 %
Α	4.17 µg	-
B.1	0.04mg	3.64 %
B.2	0.04 mg	3.09 %
B.3	0.10 mg	0.62 %
B.5	0.06 mg	1.00 %
B.6	0.05 mg	3.57 %
B.9	15 µg	7.50 %
С	40 mg	50.00 %
E	0.10 mg	-

Minéraux		
Calcium	36 mg	4.52 %
Cuivre	0.12 mg	12.00 %
Fer	1.2 mg	8.64 %
Iode	1.05 µg	0.70 %
Magnésium	13 mg	3.40 %
Manganèse	0.2 mg	10.00 %
Phosphore	30 mg	4.32 %
Potassium	280 mg	14.05 %
Sodium	2 mg	-
Zinc	0.2 mg	2.00 %

Antioxydants	
Flavonoïdes	38.58 mg
A. phénoliques	3.01 mg
Stilbènes	1.57 mg
Polyphénols	43.16 mg

Mûre

55 calories pour 100g

3 54090 000012 2

Composants		100g
Eau	86.30 g	-
Protéines	1.37 g	2.74 %
Lipides	0.195 g	0.28 %
Acide gras	0.012 g	0.07 %
Glucides	9.70 g	3.73 %
Sucres	8.10 g	9.00 %
Fibres	1.70 g	6.80 %

43 calories pour 100g

La mûre est très riche en Manganèse (55% des AJR pour 100g) et source de Vitamine C (15% des AJR pour 100g) Le manganèse contribue à un métabolisme énergétique satisfaisant et protège contre le stress oxydatif.

Vitamines		
Béta carotène	4.5 µg	0.09 %
Α	0.75 μg	3.59 %
B.1	0.0395 mg	5.03 %
B.2	0.0705 mg	3.20 %
B.3	0.51 mg	3.20 %
B.5	0.26 mg	4.30 %
B.6	0.055 mg	3.90 %
B.9	19.5 µg	9.75 %
С	23.2 mg	29.00 %
E	0.55 mg	4.58 %

Minéraux		
Calcium	37 mg	4.69 %
Cuivre	0.06 mg	6.00 %
Fer	1.72 mg	12.29 %
lode	0.4 μg	0.26 %
Magnésium	18 mg	4.80 %
Manganèse	1.1 mg	55.00 %
Phosphore	43 mg	6.14 %
Potassium	227 mg	11.35 %
Sodium	6 mg	-
Zinc	0.16 mg	1.60 %

Antioxydants	
Flavonoïdes	0 mg
A. phénoliques	0 mg
Stilbènes	
Polyphénols	0 mg

Myrtille

3 54090 000013 9

Composar	nts	100g
Eau	83.4 g	-
Protéines	0.64 g	1.29 %
Lipides	0.24 g	0.35 %
Acide gras	0.02 g	-
Glucides	11.6 g	4.46 %
Sucre	7.9 g	11.60 %
Fibres	2.5 g	9.88 %
Acides	1.4 g	-

La myrtille est source de Vitamine C (18% des AJR pour 100g)

Source importante de Manganèse pour 15.6% des AJR. Apport de cuivre, potassium et fer mais très peu de Polyphénols.

Vitamines	S	
Béta carotène	31.0 µg	-
Α	5.17 μg	0.65 %
B.1	0.03 mg	2.94 %
B.2	0.04 mg	2.41 %
B.3	0.40 mg	2.54 %
B.5	0.18 mg	3.12 %
B.6	0.05 mg	3.62 %
B.9	6.0 µg	3.00 %
C	14.6 mg	18.25 %
E	1.0 mg	8.33 %

10.0 mg	1.25 %
0.06 mg	6.85 %
0.42 mg	3.05 %
5 μg	0.33 %
5.50 mg	1.47 %
0.31 mg	15.90 %
13.30 mg	1.90 %
84.3 mg	4.21 %
2.33 mg	-
0.18 mg	1.87 %
	0.06 mg 0.42 mg 5 μg 5.50 mg 0.31 mg 13.30 mg 84.3 mg 2.33 mg

Antioxydants	
Flavonoïdes	1.257 mg
A. phénoliques	2.90 mg
Stilbènes	0.67 mg
Polyphénols	4.84 mg

Colis DECO

60 calories pour 100g (3%)

3 54090 000017 7

Une sélection de fruits rouges qui vous donnera entière satisfaction. 16 barquettes de 125g soit 2kg. Nous vous offrons les meilleures variétés au quotidien.