



Table de composition nutritionnelle des aliments Ciqua! 2017

Melon cantaloup (par ex.: Charentais, de Cavaillon) pulpe, cru Composition détaillée

Constituant	Teneur moyenne	Min	Max	Code de confiance
Energie, Règlement UE N° 1169/2011 (kJ/100g)	140			C
Energie, Règlement UE N° 1169/2011 (kcal/100g)	33			C
Energie, N x facteur Jones, avec fibres (kJ/100g)	140			C
Energie, N x facteur Jones, avec fibres (kcal/100g)	33			C
Eau (g/100g)	90,9	88,1	94,9	B
Protéines (g/100g)	0,73	0,4	1,4	B
Protéines brutes, N x 6.25 (g/100g)	0,73	0,1	1,25	B
Glucides (g/100g)	6,57			C
Lipides (g/100g)	0,2	0,08	0,32	B
Sucres (g/100g)	6,43	5	7,86	C
Amidon (g/100g)	0,03	0	0,1	B
Fibres alimentaires (g/100g)	0,93	0,6	1,6	B
Cendres (g/100g)	0,63	0,2	0,9	B
Acides organiques (g/100g)	0,08			D
AG saturés (g/100g)	0,047	0,03 8	0,05 1	C
AG monoinsaturés (g/100g)	0,013	0,00 3	0,02 5	C
AG polyinsaturés (g/100g)	0,068	0,04 8	0,08 1	C
AG 14:0, myristique (g/100g)	0,001			C
AG 16:0, palmitique (g/100g)	0,039	0,03 1	0,04 3	C
AG 18:0, stéarique (g/100g)	0,006	0,00 5	0,00 8	C
AG 18:1 9c (n-9), oléique (g/100g)	0,013		0,02 1	D
AG 18:2 9c,12c (n-6), linoléique (g/100g)	0,022	0,01 9	0,02 5	C
AG 18:3 c9,c12,c15 (n-3), alpha-linolénique (g/100g)	0,032	0,02 8	0,03 6	C
Sel chlorure de sodium (g/100g)	0,022	0,01 3	0,11	A
Calcium (mg/100g)	12,3	3,62	32	A
Cuivre (mg/100g)	0,043	0	0,2	A
Fer (mg/100g)	0,16	0,07	0,64	A
Iode (µg/100g)	0,32	0,04	0,7	C
Magnésium (mg/100g)	18,9	7	21,4	A
Manganèse (mg/100g)	0,033	0	0,06 6	A
Phosphore (mg/100g)	23,6	8	78,6	C
Potassium (mg/100g)	335	112	420	A
Sélénium (µg/100g)	< 10	0		A
Sodium (mg/100g)	9	5	44	A
Zinc (mg/100g)	0,17	0,07	0,37	A

Beta-Carotène (µg/100g)	2020	1380	4710	B
Vitamine E (mg/100g)	0,05	0,02	0,11	B
Vitamine K1 (µg/100g)	2,5	1,6	4	B
Vitamine C (mg/100g)	28,8	13	40,7	B
Vitamine B1 ou Thiamine (mg/100g)	0,038	0,02	0,08	B
Vitamine B2 ou Riboflavine (mg/100g)	0,022	0,015	0,033	C
Vitamine B3 ou PP ou Niacine (mg/100g)	0,7	0,49	0,89	B
Vitamine B5 ou Acide pantothénique (mg/100g)	0,14	0,042	0,25	B
Vitamine B6 (mg/100g)	0,068	0,028	0,12	B
Vitamine B9 ou Folates totaux (µg/100g)	23,3	7	40	B