

# Información nutricional de «Ensalada Tabulé»

383 kcal

Porción de 300 g

Grasas

Carbohidratos

Proteínas

## Grasas

28,86 g

4,02 g

Saturada

3,254 g

Poliinsaturada

20,703 g

Monoinsaturada

Las grasas son componentes importantes de la alimentación y la fuente de energía más concentrada. Son insolubles en agua y transportan las vitaminas A, D, E y K y proporcionan al organismo los ácidos grasos esenciales.