



*Una spremuta di arance?  
Sì, grazie.*

*Un bicchiere contiene un'esplosione di salute.*

Valori nutrizionali per 100g di

**ARANCE:**

Acqua 87,2 g  
Proteine 0,7 g  
Lipidi 0,2 g  
Zuccheri Solubili 7,8 g  
Fibre tot. 1,6 g  
Potassio 200 mg  
Calcio 49 mg  
Ferro 0,2 mg  
Fosforo 22 mg  
Vitamina C 50 mg



Le **ARANCE**

fonte preziosa di:

**Vitamine** (C, A, B )

**Sali minerali** (Ca, Fe, P, K)

**Antiossidanti** (Flavonoidi,  
cardioprotettori e anti-tumori)

**Fitonutrienti** (Antociani, con  
proprietà antitumorali)



*U.O. Educazione e Promozione della Salute - Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione*