

CIQUAL - CNEVA

Répertoire général des aliments

3

Table
de composition des

Fruits exotiques,

Fruits de cueillette d'Afrique

CRISTOM
Éditions

la cuisine
TEC
DOC

INRA
ÉDITIONS

RÉPERTOIRE GÉNÉRAL

Jean-Claude FAVIER

Institut Français de Recherche Scientifique pour le Développement en Coopération (ORSTOM)

Jayne IRELAND-RIPERT

Centre National d'Études Vétérinaires et Alimentaires (CNEVA)

Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL - CNEVA)

Institut National de la Recherche Agronomique (INRA)

Carole LAUSSUCQ

Centre National d'Études Vétérinaires et Alimentaires (CNEVA)

Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL - CNEVA)

Max FEINBERG

Institut National de la Recherche Agronomique (INRA)

CIQUAL

Centre Informatique
sur la Qualité des Aliments

CNEVA

Centre National d'Études
Vétérinaires et Alimentaires

DES ALIMENTS

Tome 3

Table de composition des **FRUITS EXOTIQUES, FRUITS DE CUEILLETTE D'AFRIQUE**

CRISTOM
Éditions

Institut Français de Recherche Scientifique
pour le Développement en Coopération
213, rue Lafayette - 75480 PARIS Cedex 10



TECHNIQUE & DOCUMENTATION - lavoisier
11, rue Lavoisier - F 75384 PARIS Cedex 08



Institut National de la Recherche Agronomique
INRA - 147, rue de l'Université - 75338 PARIS Cedex 07

© **TECHNIQUE & DOCUMENTATION - LAVOISIER, 1993**

ISBN : 2-85206-428-6 (Répertoire Général des Aliments)
ISBN : 2-85206-912-1 (Tome 3)

© **Institut National de la Recherche Agronomique, 1993**

ISBN : 2-7380-0519-5 (Répertoire Général des Aliments)
ISBN 2-7380-0520-9 (Tome 3)

© **Institut Français de la Recherche Scientifique
pour le Développement en Coopération (ORSTOM), 1993**

ISBN : 2-7099-1160-4 (Tome 3)

© **CIGUAL - CNEVA, 1993**

Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, des pages publiées dans le présent ouvrage, faite sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre Français du Copyright (6 bis, rue Gabriel Laumain, 75010 Paris), est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et, d'autre part, les analyses et courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées (Loi du 1^{er} juillet 1992 art. L 122-4 et L 122-5 et Code Pénal art. 425).

Table des matières

1. Introduction	
- Remerciements / Acknowledgements	I
- Introduction en français	II
- Introduction in English	XI
2. Fruits cultivés	1
3. Fruits de cueillette	88
4. Index	
- Index des noms français	i
- Index des noms anglais	viii
- Index des noms scientifiques	xv
- Table synoptique des dénominations et des familles botaniques	xxi

1. Introduction

REMERCIEMENTS / ACKNOWLEDGEMENTS

MM.

AUBERT S., Station de Technologie des Produits Végétaux, INRA, Avignon.
CHEVASSUS-AGNES S. et SIZARET F., Division des Politiques alimentaires
et de la Nutrition, FAO, Rome.

DELPEUCH F. et MAIRE B., nutritionnistes de l'ORSTOM, Montpellier.

DUVERNEUIL G., Département Fruits et Agrumes, CIRAD-FLHOR, Paris.

GALLON G., Laboratoire de Nutrition Tropicale, ORSTOM, Montpellier.

de GARINE I., Anthropologie alimentaire, CNRS, Paris.

HLADIK A., Laboratoire d'Ecologie Tropicale, Museum d'Histoire Naturelle,
Brunoy.

HOLM S., Centre de Recherches Pernod-Ricard, Créteil.

LEJOLY J., Laboratoire de Botanique Systématique et de Phytosociologie,
U.L.B., Bruxelles.

LOZANO Y., CIRAD-FLHOR, Montpellier.

MBEMBA FUNDU T., Laboratoire d'Analyse et de Recherche sur l'Alimentation
et la Nutrition, Université de Kinshasa (Zaïre).

NDIR B., Institut de Technologie Alimentaire, Dakar (Sénégal).

POTIER de COURCY G., Laboratoire des Folates, CNRS/CNAM, Paris.

ont contribué à l'élaboration de cet ouvrage en communiquant des données
et/ou en acceptant de le relire et de formuler des observations.

*contributed to the elaboration of this book by furnishing data and/or by
accepting to review the book.*

M. JOSEPH A., nutritionniste de l'ORSTOM,

a participé à la collecte d'une partie des données bibliographiques.

took part in the collection of part of the literature data.

Que tous soient vivement remerciés.

We wish to express our appreciation to them all.

INTRODUCTION

Plusieurs raisons justifient que les fruits exotiques fassent de nos jours l'objet d'une table de composition :

- l'amélioration des connaissances grâce aux progrès de l'analyse chimique et à la suite des récents inventaires et identifications de fruits dans les régions tropicales ou subtropicales;
- leur intérêt nutritionnel pour les populations des pays producteurs comme pour celles des pays développés où la consommation de fruits exotiques ne cesse de s'accroître tant en quantité qu'en diversité.

En conséquence, la publication d'une table de composition de ces fruits apparaît utile afin de compléter et de renouveler celles qui existaient déjà. La présente table consiste en une mise en forme sur papier d'une partie des données de la banque REGAL (Répertoire Général des Aliments), banque de données sur la composition des aliments réalisée au Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL, 16 rue Claude Bernard, Paris 5ème).

Laboratoire du Centre National des Etudes Vétérinaires et Alimentaires (CNEVA), le CIQUAL a pour rôle de rassembler, de façon permanente, des données sur la composition des aliments en provenance de laboratoires publics et privés spécialistes de l'analyse des aliments de l'Homme. La structuration des données par un système automatisé de gestion conduit à les réviser et les modifier au fur et à mesure de l'évolution des connaissances. La table présentée ici n'est donc qu'une image instantanée. L'accès à la banque par des moyens télématiques (3615 CIQUAL) permet d'éviter le décalage entre la dernière mise-à-jour et la consultation.

Présentation de la table

Les fruits pris en compte dans le présent ouvrage sont répartis en deux groupes qui déterminent les deux parties de la table:

1. Les fruits cultivés pour la consommation des pays développés où ils sont généralement très appréciés. C'est le cas par exemple de l'ananas, de la banane, de la mangue, du kiwi, des agrumes. Font également partie de ce 1er groupe, des fruits encore inconnus ou peu connus sur les marchés des pays industrialisés, mais qui ne tarderont probablement pas à y apparaître et à s'y développer, comme par exemple le babaco, les annones et le feijoa.

2. Les fruits de cueillette, et tout particulièrement ceux d'Afrique Centrale, d'Afrique de l'Ouest et d'Afrique du Nord. Si certains sont cultivés, la plupart d'entre eux sont cueillis soit sur des plantes sauvages, soit sur des plantes non cultivées mais plus ou moins entretenues ou protégées par l'homme. C'est le cas par exemple du Safou, du fruit du Baobab, de la mangue du Gabon. Souvent autoconsommés, ils peuvent également se rencontrer sur les marchés locaux y compris ceux des grandes villes. Leur liste n'est pas exhaustive. Seuls les plus connus figurent ici, avec ceux qui, répertoriés dans les régions d'Afrique précitées, ont pu être analysés.

Cette classification n'est pas d'une rigueur irréprochable, l'appartenance de certains fruits à l'un ou l'autre des deux groupes peut être discutée. Son intérêt est essentiellement pratique : elle permet de retrouver plus aisément et rapidement dans la première partie de la table qui ne compte qu'une cinquantaine d'espèces, les fruits destinés à la consommation occidentale. La banane plantain et le fruit à pain ne figurent pas sur la table car ils sont considérés comme des aliments de base (sources d'amidon) plutôt que comme des fruits. En revanche, la canne à sucre qui est une tige, mais non un fruit, a été prise en compte car son utilisation et son mode de consommation sont semblables à ceux d'un fruit.

Au sein de chacune des deux parties de la table, les fruits sont classés par ordre alphabétique des noms principaux français. Les produits dérivés (jus, fruits séchés) viennent immédiatement après le fruit frais dont ils sont issus. Certains fruits de cueillette n'ont ni nom français, ni nom anglais. C'est alors le nom scientifique de la plante qui les produit qui est utilisé.

Un index de tous les noms et synonymes français de chaque fruit est donné avec, pour chacun, le nom français principal (en caractères gras) ou le renvoi à ce nom principal, le nom scientifique et le numéro de la page où figure la fiche de composition. Il est accompagné de deux autres index, similaires: celui des noms anglais avec leurs correspondants scientifiques et les numéros de pages; celui des noms latins avec leurs correspondants en français et en anglais. De plus, dans une table synoptique, chaque fruit fait l'objet d'un paragraphe où sont regroupées ses diverses dénominations françaises, anglaises et scientifiques ainsi que l'indication de sa famille botanique. L'utilisateur peut ainsi retrouver, grâce aux index, la fiche de composition de n'importe quel fruit ou dérivé, quel que soit le synonyme français, anglais ou latin sous lequel il le connaît. Par exemple, l'utilisateur qui ne connaît le fruit du baobab que sous le nom de "pain de singe", sera renvoyé au nom français principal "baobab". Par ailleurs, il peut également retrouver et embrasser d'un seul coup d'oeil, grâce à la table synoptique, toutes les appellations et l'appartenance botanique d'un fruit.

Présentation des fiches de composition

Chaque fruit ou dérivé fait l'objet d'une fiche de composition, en tête de laquelle se trouvent le nom français du produit, son nom anglais et le nom scientifique de la plante d'origine. Le numéro de code au sein de la banque de données du CIQUAL est également indiqué. Dans certains cas, peu nombreux, les fruits de plusieurs espèces sont regroupés sous leur nom de genre commun (ex.: *Aframomum* spp.); leurs compositions sont alors amalgamées pour figurer sur une fiche unique; leurs noms scientifiques sont mentionnés, dans les index et dans la table synoptique, comme des synonymes. De façon similaire, les compositions de la mandarine et de la clémentine sont fusionnées et présentées sur une seule fiche; il en est de même pour le jujube commun et le jujube de Chine. Chaque fiche occupe une ou deux pages selon la quantité d'informations disponibles et se présente comme un tableau à six colonnes contenant successivement :

1. les noms des constituants
2. les unités utilisées pour exprimer les résultats
3. les valeurs centrales (Moy/Méd)
4. les bornes inférieures des intervalles de variation
5. les bornes supérieures des intervalles de variation
6. les nombres d'échantillons retenus pour les calculs.

La liste des constituants est variable. Elle dépend de la quantité d'informations qu'il a été possible d'obtenir sur chaque fruit ou dérivé. En conséquence, l'absence d'un constituant sur une fiche ne doit pas être considérée comme une absence dans l'aliment concerné. Cependant le rétinol, la vitamine D, la vitamine B12 et le cholestérol n'apparaissent jamais sur les fiches car ils sont pratiquement absents du règne végétal. Les concentrations des acides aminés ou des acides gras ne sont généralement indiquées que lorsque les teneurs en protéines ou en lipides dépassent 1 g pour 100 g de partie comestible.

Afin de faciliter la lecture des fiches, les constituants sont regroupés selon l'ordre suivant :

- proportion de partie comestible (abrégiée en "proportion comestible"), valeur énergétique et constituants majeurs
- minéraux
- vitamines
- acides aminés
- acides gras
- acides organiques
- amines biogènes.

Les teneurs sont rapportées à 100g de partie comestible des fruits ou de leurs dérivés. Pour connaître l'apport de 100g d'un fruit brut (c'est-à-dire tel que récolté ou tel qu'acheté) en un nutriment donné, il suffit de multiplier la teneur de ce nutriment indiquée dans la fiche par la proportion de partie comestible.

Par ex :

Apport en protéines de 100g de fruit brut
= Teneur en protéines x Proportion de partie comestible.

En plus du mode d'expression par rapport à 100g de la partie comestible, la concentration des acides aminés est également exprimée par rapport à 1g d'azote, tandis que celle des acides gras est aussi donnée en pourcentage des acides gras totaux. Cette façon relative d'exprimer les concentrations d'acides aminés et d'acides gras a l'avantage, entre autres, de permettre une évaluation rapide de la qualité nutritionnelle d'un aliment considéré isolément.

La valeur centrale est, le plus souvent, la moyenne des teneurs observées et retenues ; il peut cependant s'agir, parfois, de la médiane lorsque les teneurs observées sont très dispersées.

L'intervalle de variation est calculé selon deux méthodes en fonction du nombre des échantillons :

- pour moins de 40, les teneurs extrêmes réellement observées sont retenues
- pour des effectifs égaux ou supérieurs à 40, l'intervalle est déterminé par les valeurs entre lesquelles se trouvent 95 % des observations.

Pour un constituant donné, une ou plusieurs cases de la fiche sont parfois laissées en blanc lorsque les informations disponibles sont insuffisantes. Par exemple, si un seul échantillon a été analysé, il n'est pas possible d'indiquer une fourchette de variation. Il en est de même si une valeur est empruntée à la littérature et si cette dernière ne donne aucune indication de variabilité. C'est aussi le cas lorsqu'une valeur moyenne est obtenue par calcul à partir d'autres valeurs moyennes : par exemple le calcul de la valeur énergétique à partir des teneurs moyennes en protéines, lipides, glucides disponibles et acides organiques; ou le calcul des glucides disponibles totaux par cumul des teneurs moyennes des sucres et de l'amidon. Parfois, lorsque les données sont très dispersées et l'effectif faible, la moyenne n'ayant guère de signification, seul

l'intervalle de variation est indiqué. Enfin, l'effectif ne peut être indiqué quand la source des données ne précise pas le nombre d'échantillons analysés.

Dans le cas où les concentrations se situent à des niveaux très faibles, elles sont signalées dans les fiches par l'abréviation "tr" pour Traces.

Certaines valeurs sont inscrites en caractères italiques de taille réduite. Il s'agit de valeurs données sous toute réserve. C'est le cas par exemple de la teneur en glucides disponibles lorsqu'elle est obtenue en retranchant de 100 les concentrations en eau, protéines, lipides, cendres et fibre brute, la fibre brute étant une approche peu fiable et généralement sous-estimée de la fibre alimentaire. Il en est de même des données tirées d'une source unique (laboratoire ou littérature) lorsque elles sont a priori surprenantes et qu'elles ne peuvent pas être confirmées par d'autres dosages.

Sources d'obtention des données

Pour la constitution de la banque de données REGAL, le Centre Informatique sur la Qualité des Aliments s'attache à recueillir des résultats analytiques originaux auprès des instituts de recherche et des laboratoires publics ou privés travaillant dans le domaine des aliments. Lorsqu'il n'est pas possible de trouver, auprès de ces laboratoires ou dans les publications qui en émanent, des données présentant un intérêt majeur, les lacunes sont comblées par des informations puisées dans d'autres tables de composition déjà existantes.

Les données recueillies font l'objet de traitements, en particulier statistiques, en vue de leur validation : homogénéisation par conversion d'unités et expression par rapport à la matière sèche, élimination de points aberrants, consolidation de données d'origines diverses, calculs de sommes, etc.

Le plus souvent, chacune des valeurs centrales retenues pour figurer dans la table résulte du traitement de données provenant de plusieurs sources différentes. Par insuffisance de place disponible sur les présentes fiches imprimées, il n'est pas possible d'indiquer ces diverses sources en regard de chaque valeur centrale. Mais elles sont énumérées dans les trois listes suivantes.

Laboratoires / Laboratories

- Centre de recherches Foch, 45 Rue des Saints-Pères, 75006 Paris.
 ERCEM, 56 Avenue Félix Viallet, 38000 Grenoble.
 Laboratoire des Agriculteurs de France, 5 Passage Geffroy-Didelot, 75017 PARIS.
 Laboratoire d'Ecologie Tropicale (A. HLADIK, CNRS/UR 263), Museum d'Histoire Naturelle, 4 Avenue du Petit-Chateau, 91800 BRUNOY.
 Laboratoire des Folates (G. POTIER de COURCY, CNRS), Conservatoire National des Arts et Métiers, 292 Rue Saint-Martin, 75141 PARIS CEDEX 03.
 Laboratoire Interrégional de la Répression des Fraudes, Chemin du Routoir, 67400 ILLKIRCH-GRAFFENSTADEN.
 Laboratoire de Nutrition Tropicale ORSTOM, (G. GALLON), Avenue Agropolis, B.P. 5045, 34032 MONTPELLIER.
 Laboratoire de Technologie des Produits Végétaux INRA, Centre de Recherches Agronomiques d'Avignon, 84140 MONTFAVET.

Les laboratoires dont les données analytiques ont été publiées dans des articles originaux ou dans des tables de composition ne sont pas cités ici.

This list does not include laboratories whose analytical data was published in original articles or in nutrient composition tables.

Articles originaux / Original Articles

- ACHINEWHU S.C., Ascorbic acid content of some Nigerian local fruits and vegetables. Qual. Plant. Foods Hum. Nutr., 1983, 33: 261-266.
 ADRIAN J., La sérotonine dans les produits alimentaires végétaux et son métabolisme. Méd. et Nut., 1991, XXVII, (4): 197-200.
 ANDERSON J.W., BRIDGES S.R., Dietary fiber content of selected foods. Am. J. Clin. Nutr., 1988, 47:440-447.
 Anonyme, Le kiwi, riche en vitamine C, mais sans plus... Bull. Information du Laboratoire Coopératif, 1984, (158): 43-44.
 ASKAR A., EL-SAMAHY S.K., ABD-EL FADEEL M.G., Organic acids and free amino acids in some Egyptian fruits and vegetables. Die Nahrung, 1982, 26, (1): K7-K10.
 ASTIER-DUMAS M., Valeur nutritionnelles de quelques produits prêts à être consommés. Publication du Centre Recherche FOCH, Paris, 1983.
 BERGERET B., MASSEYEFF R., PERISSE J., LE BERRE S., Table de composition de quelques aliments tropicaux. Ann. Nutr. Alimentation, 1957, XI, (5): 45-89.
 BILABINA I., Peut-on satisfaire les besoins en Ca, Mg, P sans apports de produits laitiers ? Cahiers Santé, 1991, 1: 221-227.
 BIZOUARD P., FAVIER J.C., Contribution à l'étude de la valeur nutritive de quelques plantes naturellement abondantes en Corse. Rev. Corse Historique, 1962, 8: 3-14.
 BUREAU J.L., BUSHWAY R.D., HPLC Determination of Carotenoids in Fruits and Vegetables in the US. J. Food Sc., 1986, 51, (1): 128-130.
 CANDLISH J.K., GOURLEY L., LEE H.P., Dietary Fiber and Starch in Some Southeast Asian Fruits. J. Food Comp. Analysis, 1987, 1: 81-84.
 CHAN H.T., HEU R.A., Identification and determination of sugars in starfruit, sweetsop, green sapote, jack fruit and wi apple. J. Fd Sci., 1975, 40: 1329-1330.
 CHAN H.T., KWOK S.C.M., Identification and determination of sugars in some tropical fruit products. J. Fd Sci., 1975, 40: 419-420.
 CHAN H.T., KWOK S.C.M., LEE C.W.Q., Sugar composition and invertase activity in lychee. J. Fd Sci., 1975, 40: 772-774.
 CHAN H.T., LEE C.W.Q., Identification and determination of sugars in soursop, rose apple, mountain apple and surinam cherry. J. Fd Sci., 1975, 40: 892-893.
 DIOP P.A., FRANCK D., GRIMM P., HASSELMANN C., HPLC Determination of Vitamin C in Fresh Fruits from West Africa. J. Food Comp. Analysis, 1988, 1: 265-269.
 EDEM D.O., EKA O.U., IFON E.T., Chemical Evaluation of Nutritive Value of the Fruit of African Starapple (Chrysophyllum albidum). Food Chem., 1984, 14: 303-311.
 ENGLYST H.N. et al., Dietary fibre (non-starch polysaccharides) in fruit, vegetables and nuts. J. Human Nutr. Dietetics, 1988, 1: 247-286.
 EKA O.U., Studies on the nutrient composition of the fruit of African pear tree (Pachylobus edulis). W. A. Journal Biol. Appl. Chem., 1977, 20, (3): 3-7.
 FARRE R., FRIGOLA A., ROCA de TOGORES C., Vitamin C content in tangerines and oranges of different varieties and the effect of storage. in Agriculture, Food Chemistry and the Consumer: Proceedings of the 5th European Conference on Food Chemistry, Versailles sept. 1989, vol.2, INRA éd., Paris.
 FELDMAN J.M., LEE E.M., Serotonin content of foods: effect on urinary excretion of 5-hydroxyindoleacetic acid. Am. J. Clin. Nutr., 1985, 42: 639-643.

- FERGUSON E.L. et al. The Mineral content of Commonly Consumed Malawian and Papua New Guinean Foods. *J. Food Comp. Analysis*, 1989, 2: 260-272.
- FERRARA E., GIORGIO V., GHERARDI S., Aspetti qualitativi dei frutti di babaco (*Carica pentagona* Heil.) prodotti in Puglia. *Frutticoltura*, 1989, 7, 67-69.
- HANSEN K., LETH T., Exotic fruits and vegetables. Publikation n°202, Levnedsmiddelstyrelsen éd., Soborg (Danemark), 1991.
- HARDINGE M.G., SWARNER J.B., CROOKS H., Carbohydrates in Foods. *J. Am. Diet. Ass.*, 1965, 46: 197-204.
- HERZOG F. M., Etude biochimique et nutritionnelle des plantes alimentaires sauvages dans le sud du V-Baoulé, Côte d'Ivoire. Thèse EPFZ n°9789, Zurich, 1992.
- HOMNAVA A., ROGERS W., EITENMILLER R.R., Provitamin A Activity of Specialty Fruit Marketed in the US. *J. Food Comp. Analysis*, 1990, 3: 119-133.
- HOPNER K., LAMPI B., PERRIN D.E., The Free and Total Folate Activity in Foods available on the Canadian Market. *J. Inst. Can. Sci. Technol. Aliment.*, 1972, 5, (2): 60-66.
- HUQ R.S., ABALAKA J.A., STAFFORD W.L., Folate Content of Various Nigerian Foods. *J. Sci. Food Agric.*, 1983, 34: 404-406.
- ISHOLA M.M., AGBAJI E.B., A chemical study of *Tamarindus indica* (Tsamiya) fruits grown in Nigeria. *J. Sci. Food Agric.*, 1990, 51: 141-143.
- KESHINRO O.O., The Unconventional Sources of Ascorbic Acid in the Tropics. *Nutrition Reports International*, 1985, 31, 381-387.
- LANZA E.L., BUTRUM R.R., A critical review of food fiber analysis and data. *J. Amer. Diet. Ass.*, 1986, 86, (6): 732-743.
- LARYEA M.D., MAYATEPEK E. et al., Composition of foods and dishes commonly consumed in villages of the Gezira area of Sudan. III. Fatty acids, retinol, alpha-, beta-carotene and tocopherols. *Ecology Food Nutr.*, 1991, 26: 333-343.
- LETH T., JACOBSEN J.S., The content of carotene in fruits and vegetables. Publikation n°204, Levnedsmiddelstyrelsen éd., Soborg (Danemark), 1991.
- LUND E.D., SMOOT J.M., Dietary Fiber Content of Some Tropical Fruits and Vegetables. *J. Agric. Food Chem.*, 1982, 30: 1123-1127.
- McLAUGHLIN P.J., WEIHRAUCH J.L., Vitamin E content of foods. *J. Amer. Diet. Ass.*, 1979, 75: 647-665.
- McRAE E.A. and al., Changes in the Softening and Composition of Kiwifruit (*Actinidia deliciosa*) Affected by Maturity at Harvest and Postharvest Treatments. *J. Sci. Food Agric.*, 1989, 49: 413-430.
- MALAISSÉ F., PARENT G., Edible wild vegetable products in the Zambezi woodland area: a nutritional and ecological approach. *Ecology Food Nutr.*, 1985, 18: 43-82.
- MAYATEPEK E. et al., Composition of foods and dishes commonly consumed in villages of the Gezira area of Sudan. II. Amino acids and protein quality. *Ecology Food Nutr.*, 1991, 26: 71-81.
- MERRILL A.L., Citrus Fruit Values in "Handbook N°8" Revised. *J. Am. Diet. Ass.*, 1964, 44: 264-270.
- MEYLAND I., LAIER G., Indholdet af Mg, K, og Na i danske levnedsmidler. Statens Levnedsmiddelinstitut, Publikation n°82, 1983.
- MINCIONE B., et al., Composition de la chérimole (*Annona cherimolia* Mill.) produite en Calabre. *Comm. personnelle*.
- MONGEAU R., BRASSARD R., A Comparison of Three Methods for Analysing Dietary Fiber in 36 foods. *J. Food Comp. Analysis*, 1989, 2: 189-199.
- MUDAMBI S.R., RAJAGOPAL M.V., Technical note: Vitamin C content of some fruits grown in Nigeria. *J. Fd Technol.* 1977, 12: 189-191.
- MUSTAFA A.B., HARPER D.B., JOHNSTON D.E., Biochemical Changes during Ripening of Some Sudanese Date Varieties. *J. Sci. Food Agric.*, 1986, 37: 43-53.
- NAHAR N., RAHMAN S., MOSIHUZZAMAN M., Analysis of Carbohydrates in Seven Edible Fruits of Bangladesh. *J. Sci. Food Agric.*, 1990, 51: 185-192.
- NOUR A.A., AHMED A.H., ABDEL-GAYOUM A.G., A Chemical Study of *Balanites aegyptiaca* L. (Lalob) Fruits grown in Sudan. *J. Sci. Food Agric.*, 1985, 36: 1254-1258.
- NWADINIGWE C.A., Nutritional Value and Mineral Content of *Chrysophyllum albidum* fruit. *J. Sci. Food Agric.*, 1982, 33: 283-286.
- OKIEIMEN E.F., EMASIOBI A.O., AHONKHAI S.I., Ascorbic acid content of some tropical non-citrus fruits. *J. Plant Foods*, 1985, 6: 125-127.
- PENNINGTON J.A.T., YOUNG B., Na, K, Ca, P and Mg in Foods from the US Total Diet Study. *J. Food Comp. Analysis*, 1990, 3: 145-165.
- PENNINGTON J.A.T., YOUNG B., Fe, Zn, Cu, Mn, Se and I in Foods from the US Total Diet Study. *J. Food Comp. Analysis*, 1990, 3: 166-184.
- PEPPING F., VENCKEN C.M.J., WEST C.E., Retinol and Carotene Content of Foods Consumed in East Africa Determined by HPLC. *J. Sci. Food Agric.*, 1988, 45: 359-371.
- RAMADAN A.A.S., DOMAH M.B., Non-volatile organic acids of lemon juice and strawberries during stages of ripening. *Die Nahrung*, 1986, 7: 659-662.
- RIVAS GONZALO J.C. and al., Tiramina en los alimentos. *Alimentaria*, 1978, 15, (91): 17-25.

- ROMERO-RODRIGUEZ M.A. et al., Physical and analytical characteristics of the Kiwano. *J. Food Comp. Analysis*, 1992, 5: 319-322.
- ROSS J.K., ENGLISH C., PERMUTTER C.A., Dietary fiber constituents of selected fruits and vegetables. *J. Am. Diet. Ass.*, 1985, 85, (9): 1111-1116.
- SHAW P.E., WILSON C.W., Determination of Organic Acids and Sugars in Loquat (*Eriobotrya japonica* Lindl.) by HPLC. *J. Sci. Food Agric.*, 1981, 32: 1242-1246.
- SOURD C., GAUTIER-HION A., Fruit selection by a forest guenon. *J Animal Ecology*, 1986, 55: 235-245.
- SOUTHGATE D.A.T. and al., Free sugars in foods. *J. Human Nutr.*, 1978, 32: 335-347.
- TARJAN V., JANOSSY G., The role of Biogenic Amines in Foods. *Die Nahrung*, 1978, 22, (3): 285-289.
- TOURY J. et al., Aliments de l'Ouest Africain: Tables de composition. *Ann. Nutr. Alimentation*, 1967, XXI, (2): 73-127.
- VANDERSLICE J.T. and al., Ascorbic Acid and Dehydroascorbic Acid Content of Foods-as-Eaten. *J. Food Comp. Analysis*, 1990, 3: 105-118.
- VIAL C., GUILBERT S., CUQ J.L., Osmotic dehydration of kiwi fruits: influence of process variables on the color and ascorbic acid content. *Sc. Alim.*, 1991, 11:63-84.
- VIDAL-VALVERDE C. and al., Dietary Fiber in Spanish Fruits. *J. Fd Sci.*, 1982, 47: 1840-1845.
- WILLS R.B.H., LIM J.S.K., GREENFIELD H., Composition of Australian foods. 31. Tropical and sub-tropical fruit. *Food Technol. Australia*, 1986, 38, (3): 118-123.
- WILSON C.W., Guava. pp.279-299 in *Tropical and Subtropical Fruits* (NAGY S. & SHAW P.E. eds), Avi Publishing Co., Westport, USA, 1980.
- WILSON C.W., SHAW P.E., KNIGHT R.J., Analysis of Oxalic Acid in Carambola (*Averrhoa carambola* L.) and Spinach by HPLC. *J. Agric. Food Chem.*, 1982, 30: 1106-1108.
- WILSON C.W., SHAW P.E., CAMPBELL C.W., Determination of Organic acids and sugars in Guava (*Psidium guajava* L.) Cultivars by HPLC. *J. Agric. Food Chem.*, 1982, 33: 777-780.

Tables de composition / Nutrient Composition Tables

- DEPARTMENT OF AGRICULTURAL EXTENSION., Nutrient Composition Table of Fruits in Thailand. in *Fruits in Thailand*. Department of Agricultural Extension, Bangkok.
- EYESON K.K., ANKRAH E.K., Composition of foods commonly used in Ghana. *Food Research Institute*, Accra, Ghana, 1975.
- FAO (Service des Politiques alimentaires et de la Nutrition), Teneur des aliments en acides aminés et données biologiques sur les protéines. FAO éditeur, Rome 1970
- FAO, USDA, Food composition table for the Near Est. FAO éditeur, Rome, 1982.
- HOLLAND B., UNWIN I.D., BUS D.H., Fruit and Nuts, Mc Cance & Widdowson's The Composition of Foods. Royal Society of Chemistry and Ministry of Agriculture, Fisheries and Food, Cambridge, 1992.
- LEUNG W.T.W., BUSSON F., JARDIN C., Table de composition des aliments à l'usage de l'Afrique. FAO éditeur, Rome, 1970.
- LEUNG W.T.W., FLORES M., Food Composition Table for use in Latin America. INCAP, Guatemala City / ICNND-NIH, Bethesda (USA), 1961.
- MATTHEWS R.H., PEHRSSON P.R., Provisional Table on the Sugar Content of Selected Foods. USDA, HNIS/PT-105.
- MOLLER A., Levnedsmiddeltabeller 1989 (Nutrient Composition of Danish Foods). Storkokkencentret Levnedsmiddelstyrelsen, Soborg (Danemark), 1989.
- RANDOIN L., Tables de Composition des Aliments. Lanore éd., Paris, 1985.
- SOUCI S.W. FACHMAN W. KRAUT H., Food Composition and Nutrition Tables. Wissenschaft. Verlagsgesellschaft, Stuttgart, 1989.
- SOUTH PACIFIC COMMISSION, South Pacific Tables for use in the Pacific Islands. South Pacific Commission, Nouméa, 1981.
- USDA, Composition of Foods: Fruits & Fruit Juices. Agricultural Handbook N°8-9, US Gov. Prt. Office, Washington D.C., 1982.

Notes et compléments sur certains constituants

1. Azote total, protéines et matières azotées totales

La teneur d'un aliment en protéines est, par convention, obtenue en multipliant la teneur en azote protéique par un facteur variable selon le taux d'azote moyen des protéines de l'aliment considéré. Dans le cas des fruits, le facteur utilisé est 6,25. En fait, cette extrapolation s'applique à l'azote total et le résultat obtenu figure cependant sous la rubrique "Protéines", alors qu'il serait plus rigoureux de parler de "Matières azotées totales". Mais, dans les fruits, la plus grande partie de l'azote étant sous forme de protéines ou d'acides aminés, il n'est nullement abusif d'évaluer les protéines à partir de l'azote total.

2. Fibre alimentaire

Il s'agit d'un ensemble de substances de nature généralement glucidique, peu ou pas digestibles car résistantes aux enzymes digestives de l'homme. Elles comprennent les glucides complexes constitutifs des parois des cellules végétales (cellulose, hémicellulose, pectines, etc.), l'inuline et la lignine (cette dernière n'est pas une substance glucidique). Certaines méthodes de dosage y incluent également une fraction de l'amidon, dite amidon résistant car elle ne se laisse pas dégrader par les enzymes digestives utilisées.

Les méthodes retenues pour la détermination de la fibre alimentaire sont celles de Englyst (1988), de Southgate (1969), de Meuser (1985), de Prosky (1984) ou de Van Soest (1963, 1967) en prenant soin, dans le cas de cette dernière, de tenir compte des matières pectiques (Vidal-Valverde et al., 1982). Les méthodes utilisées par Candlish (1987), Anderson (1988) ou Mongeau (1989) ont également été retenues. En revanche, lorsque la méthode employée est celle dite de "Weende" (AOAC, 1970), les résultats sont mentionnés sous la rubrique "fibre brute" car cette méthode sous-estime généralement la fibre alimentaire.

3. Glucides disponibles

Il s'agit des sucres simples, directement assimilables, ainsi que des autres sucres (oligosaccharides) et des polysaccharides qui doivent être préalablement fragmentés par les enzymes digestives pour pouvoir franchir la barrière intestinale. Ceux qui sont rencontrés le plus fréquemment et en quantité importante dans les fruits (glucose, fructose, saccharose et amidon) sont mentionnés dans un certain nombre de fiches. Il est cependant toujours délicat de vouloir préciser leurs teneurs car leurs proportions relatives dépendent, au sein d'une même espèce, non seulement de la variété et de l'environnement, mais aussi de l'état de maturité, des conditions de la maturation et de la conservation. La variabilité est telle qu'il a été souvent jugé préférable de ne donner aucune information sur les teneurs individuelles des sucres et de s'en tenir seulement aux glucides disponibles totaux. La concentration de ces derniers est déterminée de préférence en faisant la somme des sucres et de l'amidon quand ils ont été dosés. Sinon, la teneur en glucides disponibles est calculée par différence, en retranchant de 100 la somme des teneurs des autres constituants : eau, protéines, lipides, cendres, acides organiques et fibre alimentaire. Lorsque, à défaut de la fibre alimentaire, c'est la fibre brute qui est mentionnée, la teneur en glucides disponibles est indiquée en caractères italiques de taille réduite pour signifier sa fiabilité incertaine.

Pour simplifier et uniformiser le calcul de la valeur énergétique, les teneurs en glucides disponibles sont exprimées en grammes de monosaccharide, c'est-à-dire en grammes de sucre simple. Ceci revient à multiplier les teneurs réelles initiales en disaccharides et en amidon par les coefficients 1,05 et 1,1 respectivement.

4. Valeur énergétique

Les valeurs mentionnées sur les fiches, exprimées en kilocalories et en kilojoules, sont celles de l'énergie métabolisable. Elles sont calculées à partir des teneurs en protéines, lipides, glucides disponibles et acides organiques en utilisant les facteurs de conversion en énergie indiqués au tableau 1.

Tableau 1. Facteurs de conversion en énergie

	kcal/g	kJ/g
Protéines	4	17
Lipides	9	37
Glucides disponibles (exprimés en monosaccharides)	3,75	16
Acides organiques (ac.citrique, ac.malique)	2,4	10

5. Equivalent β -carotène

Parmi les divers caroténoïdes éventuellement présents dans les fruits, le β -carotène est généralement le plus abondant. De plus, il est celui qui se transforme en rétinol (vitamine A) dans l'organisme humain avec le meilleur rendement, estimé à 1/6. D'autres caroténoïdes ont aussi la propriété d'être transformés en rétinol mais avec un rendement plus faible. C'est pourquoi ils sont regroupés avec le β -carotène sous le terme "Equivalent de β -carotène". Leur activité provitaminique est estimée à la moitié de celle du β -carotène (FAO-OMS 1967)¹ :

Equiv. β -carotène = β -carotène + 1/2 α -carotène + 1/2 cryptoxanthines.

Activité vitaminique A (en equiv. Rétinol) = 1/6 Equiv. β -carotène.

6. Constituants divers

Lorsque des acides organiques sont présents dans un fruit mais ne sont pas mentionnés dans la fiche de composition correspondante, leurs teneurs sont généralement incluses dans les teneurs en glucides disponibles.

Certains constituants sont rarement dosés dans les aliments. Il s'agit par exemple des oligo-éléments minéraux et des amines biogènes comme l'histamine, la tyramine, la sérotonine. Leurs teneurs sont indiquées dans les fiches lorsque il existe des données suffisamment fiables à leur sujet.

¹ FAO/OMS, Besoins en vitamine A, thiamine, riboflavine et niacine. Rapport d'un groupe mixte FAO/OMS d'experts. OMS: Rapport technique n° 362, 1967.

INTRODUCTION

Several reasons justify the creation nowadays of a nutrient composition table for exotic fruits:

- the enhancement of knowledge through progress in analytical chemistry and through the results of recent surveys and identification of fruits in tropical and subtropical regions;
- their nutritional interest for populations of producing countries as well as for those of developed countries, where the consumption of exotic fruit continues to increase both in quantity and in diversity.

The publication of a nutrient composition table for these fruits thus appears useful in order to complete and renew already existing documents. The present table consists in a printed form of part of the data contained in the French nutrient data bank REGAL (Répertoire Général des Aliments) of the Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL: 16 rue Claude Bernard, 75005 Paris).

Research unit of the Centre National des Etudes Vétérinaires et Alimentaires (CNEVA), CIQUAL has for mission to gather, in a permanent manner, data on food composition from public and private laboratories specialized in food analysis. The structuring of the data by means of an automated management system allows these to be reviewed and modified according to the evolution of information. The bank can be accessed by telemetric means (French Minitel 3615 CIQUAL) to avoid discrepancies between update and consulting.

Presentation of the book

For ease of reference, the fruits included in the present book are divided into two groups:

1. Fruits cultivated for consumption in developed countries, where they are generally much appreciated, for example Pineapple, Banana, Mango, Kiwi and citrus fruits. Also included in this group are varieties of fruit as yet unknown or little known on the markets of industrialized countries, but which probably will not be long making their appearance and expanding their market, as for example Babaco, Annonas and Feijoa.

2. Gathered fruit, especially those of Central, Western, and Northern Africa. Although some are cultivated, most are gathered either from wild plants, or from non cultivated plants more or less cared for or protected by man, for example Bushbutter, Monkey bread, and African mango. Often consumed at home, than can also be found on local markets and on those of big cities. The list is not exhaustive. Only the best known are included here, with those listed in the above regions of Africa, which have been analyzed.

This classification is not of irreproachable rigor, as the classification of certain fruits in one of the two groups can be debated. Its interest is essentially practical, as it allows one to find fruits intended for Western consumption more easily and rapidly in the first part of the table, which only contains about fifty species. The plantain banana and the breadfruit are not included in this book as they are regarded as staple foods (sources of starch) rather than as fruits. On the other hand, sugar cane, which is a plant stalk and not a fruit, was included as its use and mode of consumption are similar to those of fruits.

Within each of the two parts of the book, the fruits are classed by alphabetical order of the principal names in French. The derived products (juice, dried fruit) follow immediately after the fresh fruit from which they are made. Certain gathered fruit have

neither a French nor an English name; in this case, the scientific name of the plant is used.

An index of all the French names and synonyms is given with, for each fruit, the principal French name (in bold type) or a cross-reference to this principal name, the scientific name and the number of the page where its composition appears. There are two other similar indexes: one of English names with the corresponding French and Latin names; one of Latin names with the corresponding French and English names. Moreover, a synoptic table gives, for each fruit, the various French, English and Latin names and an indication of its botanical family. Using the indexes, the user can thus locate the composition table for any fruit or product, whatever the French, English or Latin synonym under which it is known. For example, the user who only knows the fruit of the baobab tree as "Monkey bread" will be referred to the principal French name "Baobab". Moreover, the synoptic table allows one to locate and encompass in a glance all the different denominations and the botanical family of a fruit.

Presentation of the composition tables

Each fruit or product is described in a composition table, at the top of which is given the French name and the English name of the product and the scientific name of the plant. The internal food code used in the REGAL database is also indicated. In certain rare cases, the fruits of several species are grouped together under their common gender name (e.g., *Aframomum* spp.); their compositions are then combined into one table, and their scientific names are included as synonyms in the French, English, Latin and synoptic indexes. Similarly, the compositions of clementine and mandarin orange are merged into one table; the same is true for Commun jujube and Chinese jujube. Each composition table occupies one or two pages according to the quantity of available information and is presented as a six column table containing successively:

1. the names of the constituents (*Constituants*)
2. the units used to express the results (*Unité*)
3. the central values (*Moy Méd*)
4. the lower limits of the ranges (*Minim*)
5. the upper limits of the ranges (*Maxim*)
6. the number of samples used for the calculations (*Eff*)

The list of constituents is variable and depends on the quantity of information that it was possible to obtain on each fruit or product. Consequently, the absence of a constituent in a table should not be considered as an absence in the concerned food. Nevertheless, the constituents retinol, vitamin D, vitamin B12 and cholesterol do not appear on any of the tables as they are practically absent from the vegetable kingdom. The concentrations in amino acids or fatty acids are generally indicated only when the protein or fat contents are greater than 1 g for 100 g of the edible portion.

In order to facilitate reading, the constituents are grouped in the following order:

- proportion of the edible portion, energy and major nutrients
- minerals
- vitamins
- amino acids
- fatty acids
- organic acids
- biogenic amines

Values are given for 100 g of the edible portion. To calculate the contribution of a raw fruit (that is, as it was gathered or bought) for a given nutrient, one must multiply the value of this nutrient given in the table by the proportion of the edible part.

For example:

Protein content of 100 g of raw fruit = Protein content x Edible proportion

In addition to being expressed per 100 g of edible portion, the concentrations in amino acids are also expressed per gram of nitrogen, and those of fatty acids as percent of total fatty acids. These relative expressions of amino acids and fatty acids have the advantage, among others, of allowing rapid evaluation of the nutritional quality of a food considered alone.

The central value is most often the average of the values observed and accepted, although it may sometimes be the median when the observed values are very scattered.

The interval of variation is calculated according to two methods in function of the number of samples:

- for less than 40 samples, the extreme values actually observed are retained;
- for numbers greater than or equal to 40, the interval is determined by the values corresponding to 95% of the observations.

For a given constituent, one or more spaces in the table may be left blank when the available information is insufficient. For example, if only one sample was analyzed, it is not possible to indicate a range of variation. The same is true when a value is taken from a literature source giving no indication of variability. This is also the case when an average value is obtained by calculation from other average values; for example, the calculation of energy from the average concentrations in proteins, fats, available carbohydrates and organic acids, or the calculation of available carbohydrates by summation of the average values of sugars and starch. Sometimes, in the case of very scattered data and few samples, the average has little significance and only the range of variation is indicated. Finally, the number of analyses is absent when the data source does not give the number of samples analyzed.

When concentrations are situated at very low levels, they are indicated by the abbreviation "Tr" for Traces.

Certain values are written in small italics; these are given with no guarantee as to their accuracy. For example, when the available carbohydrate content is obtained by subtracting from 100 the sum of the concentrations in water, proteins, fats, ashes and raw fiber, an unreliable approximation which generally under-estimates dietary fiber. It is the same for data taken from one source (laboratory or literature) which appear *a priori* surprising and cannot be confirmed by other results.

Sources of data

To constitute the REGAL data bank, the Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL) prefers to collect original analytical results from research institutes and public or private laboratories working in the field of food analysis. When it is not possible to find data of major interest from these laboratories or in the literature, the gaps are filled with information taken from other already existing composition tables.

The collected data is treated statistically before validation: homogenization by conversion of units of measure and expression against dry matter, elimination of outliers, consolidation of data from divers origins, calculation of sums, etc.

The most often, each of the central values retained in the table results from data coming from several different sources. Because of insufficient room on the present printed tables, it is not possible to indicate all the different sources for each central value. However, the

sources are enumerated in the three lists (laboratories, original articles, nutrient composition tables) on pages VI to VIII.

Additional notes on certain constituents

1. Total nitrogen, proteins and total nitrogenous matter

By convention, the protein content of a food is obtained by multiplying the concentration in protein nitrogen by a factor which varies according to the average nitrogen level of the proteins of the considered food. In the case of fruit, the factor used is 6.25. In fact, this extrapolation is most often applied to the total nitrogen value, and so it would be more rigorous to speak of "Total nitrogenous matter" rather than "Proteins". However, the greater part of nitrogen in fruits is in the form of proteins or amino acids and it is thus not at all improper to evaluate proteins from total nitrogen.

2. Dietary fiber

This is a group of substances of generally carbohydrate nature, little or non digestible, as they are resistant to the digestive enzymes in humans. The group includes complex carbohydrates which make up the plant cell walls (cellulose, hemicellulose, pectins, etc.), inulin and lignin (the latter is not a carbohydrate). Certain determination methods include a starch fraction, called resistant starch as it is not degraded by the digestive enzymes used.

The methods retained for the measure of dietary fiber are those of Englyst (1988), Southgate (1969), Meuser (1985), Prosky (1984) or Van Soest (1963, 1967); for the last method, care should be taken to include pectic substances (Vidal-Valverde et al., 1982). The methods used by Candlish (1987), Anderson (1988) or Mongeau (1989) have also been retained. On the other hand, when the method called "Weende" (AOAC, 1970) was used, the results are given as "crude fiber", as this method generally underestimates dietary fiber.

3. Available carbohydrates

These are monosaccharides, directly assimilated, plus other sugars (oligosaccharides) and polysaccharides which must be previously fragmented by digestive enzymes in order to cross the intestinal barrier. Those which are found most frequently and abundantly in fruits (glucose, fructose, sucrose and starch) are mentioned in a certain number of tables. It is nevertheless always delicate to specify their levels as their relative proportions depend, within the same species, not only on the variety and the environment, but also on the stage of maturity and on the conservation of the fruit. There is so much variability that is often considered preferable to give no information on the levels of the individual sugars and only indicate total available carbohydrates. The concentration of the latter is preferably determined by the summation of individual sugars and starch when they have been measured. Otherwise, the concentration of available carbohydrates is calculated by difference, by subtracting from 100 the sum of the concentrations of the other constituents (water, proteins, fats, ashes, organic acids and dietary fiber). When crude fiber is used instead of dietary fiber, the level of available carbohydrates is indicated in small italics to signify its uncertainty.

In order to simplify and standardize the calculation of energy, the levels of available carbohydrates are expressed in grams of monosaccharide, that is in grams of simple sugar. This amounts to multiplying the real initial concentrations in disaccharides and in starch by the coefficients 1.05 and 1.1, respectively.

4. Energy

The values mentioned in the tables, expressed as kilocalories and kilojoules, are those of metabolizable energy. This is calculated from the concentrations in proteins, fats, available carbohydrates and organic acids, using the conversion factors shown in Table 1.

Table 1. Energy conversion factors

	kcal/g	kJ/g
Protein	4	17
Fat	9	37
Available carbohydrates (expressed as monosaccharides)	3,75	16
Organic acids (citric acid, malic acid)	2,4	10

5. β -carotene equivalents

Among the various carotenoids eventually present in fruits, β -carotene is generally the most abundant. Moreover, it is the one which is transformed into retinol (vitamin A) in human organisms with the best yield, estimated to be 1/6. Other carotenoids have the possibility of being transformed into retinol, but less efficiently. This is why they are grouped with the β -carotene under the term " β -carotene equivalents". Their provitamin A activity is estimated to be half that of β -carotene (FAO-OMS 1967)¹ :

β -carotene equivalents = β -carotene + 1/2 α -carotene + 1/2 cryptoxanthins.

Vitamin A activity (as Retinol equiv.) = 1/6 β -carotene equiv.

6. Other constituents

When organic acids are present in a fruit but are not mentioned in the corresponding table, their concentrations are generally included in available carbohydrates.

Certain constituents are rarely determined in foods, for example mineral micronutrients and biogenic amines such as histamine, tyramine, serotonin. Their concentrations are given in the tables when there exists data sufficiently reliable concerning them.

¹ FAO/OMS, Besoins en vitamine A, thiamine, riboflavine et niacine. Rapport d'un groupe mixte FAO/OMS d'experts. OMS: Rapport technique n° 362, 1967.

2. Fruits cultivés

Abricot; sec, dénoyauté**13001**

Apricot; dry

(Prunus armeniaca L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			4
Energie	Kcal/100g	204,0*			
Energie	KJ/100g	868,0*			
Eau	g/100g	23,0	21,9	24,0	4
Protéines	g/100g	4,0	2,4	5,2	47
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,2	1,5	29
Glucides disponibles	g/100g	40,0			
Fructose	g/100g	8,6	4,6	12,2	3
Glucose	g/100g	16,0	9,1	20,3	3
Saccharose	g/100g	15,4	6,7	28,2	3
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	13,7			4
Sodium	mg/100g	14,0	4,0	56,0	39
Potassium	mg/100g	1520,0	980,0	1880,0	51
Calcium	mg/100g	55,0	41,0	111,0	45
Magnésium	mg/100g	52,0	35,0	76,0	46
Fer	mg/100g	5,2	1,1	6,1	31
Cuivre	mg/100g	0,47	0,27	0,62	45
Zinc	mg/100g	0,78	0,2	0,81	29
Manganèse	mg/100g	0,31	0,26	0,4	20
Phosphore	mg/100g	131,0	108,0	182,0	29
Fluor	µg/100g	50,0	10,0	100,0	
Iode	µg/100g	3,0	2,7	3,4	2
Eq. β carotène	µg/100g	4708,0	645,0	7600,0	45
Vitamine E	mg/100g	4,5	3,0	6,0	2
Vitamine C	mg/100g	8,0	tr	24,0	8
Thiamine	mg/100g	0,01	tr	0,06	28
Riboflavine	mg/100g	0,16	0,06	0,2	28
Niacine	mg/100g	3,2	0,7	3,6	49
Acide Panthoténique	mg/100g	0,72	0,3	1,07	6
Vitamine B6	mg/100g	0,26	0,16	0,52	6
Folates totaux	µg/100g	13,0	5,0	22,0	11
Biotine	µg/100g	1,0			1
Isoleucine	mg/gN	192,0			
Leucine	mg/gN	366,0			
Lysine	mg/gN	433,0			
Méthionine	mg/gN	31,0			
Cystine	mg/gN	21,0			
Phénylalanine	mg/gN	259,0			
Tyrosine	mg/gN	146,0			
Thréonine	mg/gN	224,0			
Tryptophane	mg/gN	111,0			
Valine	mg/gN	228,0			
Arginine	mg/gN	241,0			
Histidine	mg/gN	103,0			
Alanine	mg/gN	308,0			
Acide Aspartique	mg/gN	1432,0			
Acide Glutamique	mg/gN	632,0			
Glycolle	mg/gN	193,0			

Abricot; sec, dénoyauté**13001**

Apricot; dry

(Prunus armeniaca L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proline	mg/gN	373,0			
Sérine	mg/gN	360,0			
Isoleucine	mg/100g	123,0			
Leucine	mg/100g	235,0			
Lysine	mg/100g	277,0			
Méthionine	mg/100g	20,0			
Cystine	mg/100g	13,0			
Phénylalanine	mg/100g	165,0			
Tyrosine	mg/100g	93,0			
Thréonine	mg/100g	144,0			
Tryptophane	mg/100g	71,0			
Valine	mg/100g	146,0			
Arginine	mg/100g	155,0			
Histidine	mg/100g	66,0			
Alanine	mg/100g	197,0			
Acide Aspartique	mg/100g	916,0			
Acide Glutamique	mg/100g	404,0			
Glycocolle	mg/100g	124,0			
Proline	mg/100g	239,0			
Sérine	mg/100g	230,0			
Ac. Malique	mg/100g	4570,0			
Ac. Citrique	mg/100g	4800,0			

* Cette valeur tient compte de l'énergie apportée par les 4,3g de sorbitol contenus, en moyenne, dans 100g d'abricot sec.

Ananas; pulpe**13002**

Pineapple; pulp

(Ananas comosus (L.) Merr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,6	0,43	0,85	28
Energie	Kcal/100g	47,0			
Energie	KJ/100g	200,0			
Eau	g/100g	86,5	75,0	92,7	76
Protéines	g/100g	0,4	0,15	0,6	50
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,7	46
Glucides disponibles	g/100g	11,6			
Fructose	g/100g	2,6			
Glucose	g/100g	2,0			
Saccharose	g/100g	7,0			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,4	0,9	2,1	20
Sodium	mg/100g	2,0	1,0	5,0	29
Potassium	mg/100g	146,0	97,0	250,0	32
Calcium	mg/100g	15,0	5,0	27,0	38
Magnésium	mg/100g	15,0	10,0	26,0	30
Fer	mg/100g	0,34	0,15	0,9	43
Cuivre	mg/100g	0,11	0,07	0,13	29
Zinc	mg/100g	0,09	0,06	0,11	28
Phosphore	mg/100g	11,0	6,0	21,0	39
Eq. β carotène	μ g/100g	27,0	8,0	110,0	39
Vitamine E	mg/100g	0,1			
Vitamine C	mg/100g	18,0	3,0	44,0	30
Thiamine	mg/100g	0,08	0,04	0,11	28
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,05	19
Niacine	mg/100g	0,3	0,1	0,5	27
Acide Panthoténique	mg/100g	0,16			3
Vitamine B6	mg/100g	0,09			3
Folates totaux	μ g/100g	14,0	3,0	35,0	8

Ananas; jus, en conserve**18000**

Pineapple; juice, canned

(Ananas comosus (L.) Merr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	53,0			
Energie	KJ/100g	227,0			
Eau	g/100g	86,2	85,2	86,8	21
Protéines	g/100g	0,4	0,31	0,4	79
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,07	0,1	58
Glucides disponibles	g/100g	13,5			
Fructose	g/100g	3,7			
Glucose	g/100g	3,7			
Saccharose	g/100g	6,1			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1	tr	0,1	8
Sodium	mg/100g	1,0	tr	6,0	110
Potassium	mg/100g	127,0	86,0	138,0	93
Calcium	mg/100g	15,0	5,0	18,0	115
Magnésium	mg/100g	12,0	8,0	15,0	58
Fer	mg/100g	0,25	0,1	0,4	106
Cuivre	mg/100g	0,05	0,01	0,1	55
Zinc	mg/100g	0,09	0,02	0,13	55
Phosphore	mg/100g	7,0	4,0	9,0	56
Eq. β carotène	μ g/100g	20,0	3,0	36,0	17
Vitamine C	mg/100g	11,0	10,0	20,0	53
Thiamine	mg/100g	0,05	0,05	0,06	64
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,02	0,02	64
Niacine	mg/100g	0,25	0,18	0,27	64
Acide Panthoténique	mg/100g	0,1			
Vitamine B6	mg/100g	0,1			
Folates totaux	μ g/100g	23,0	20,0	26,0	3

Avocat; pulpe**13004**

Avocado; pulp

(Persea americana Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,6	0,5	0,76	20
Energie	Kcal/100g	139,0			
Energie	KJ/100g	572,0			
Eau	g/100g	76,4	59,0	85,8	108
Protéines	g/100g	1,8	0,8	2,5	99
Lipides totaux	g/100g	14,2	7,3	32,0	41
Glucides disponibles	g/100g	0,8	0,4	1,9	4
Fructose	g/100g	0,13			
Glucose	g/100g	0,25			
Saccharose	g/100g	0,1			
Amidon	g/100g	tr			
Fibre alimentaire	g/100g	3,0	2,4	4,4	3
Sodium	mg/100g	7,0			69
Potassium	mg/100g	522,0	250,0	747,0	69
Calcium	mg/100g	16,0	5,0	50,0	76
Magnésium	mg/100g	33,0	14,0	41,0	93
Fer	mg/100g	1,0	0,1	2,0	117
Cuivre	mg/100g	0,24	0,1	0,4	90
Zinc	mg/100g	0,62	0,2	1,1	37
Manganèse	mg/100g	0,19	tr	0,3	89
Phosphore	mg/100g	44,0	20,0	100,0	122
Eq. β carotène	µg/100g	185,0	16,0	900,0	10
Vitamine E	mg/100g	1,85	1,0	2,7	2
Vitamine C	mg/100g	11,0	5,0	90,0	13
Thiamine	mg/100g	0,07	0,04	0,12	31
Riboflavine	mg/100g	0,16	0,1	0,2	31
Niacine	mg/100g	2,0	1,0	2,7	30
Acide Panthoténique	mg/100g	0,81	0,25	1,1	9
Vitamine B6	mg/100g	0,28	0,25	0,53	10
Folates totaux	µg/100g	54,0	11,0	146,0	20
Biotine	µg/100g	5,0	3,0	7,0	2
Isoleucine	mg/gN	213,0			1
Leucine	mg/gN	344,0			1
Lysine	mg/gN	269,0			1
Méthionine	mg/gN	131,0			1
Phénylalanine	mg/gN	219,0			1
Tyrosine	mg/gN	144,0			1
Thréonine	mg/gN	181,0			1
Tryptophane	mg/gN	68,0			9
Valine	mg/gN	288,0			1
Arginine	mg/gN	213,0			1
Histidine	mg/gN	113,0			1
Alanine	mg/gN	375,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	1413,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	769,0			1
Glycocolle	mg/gN	250,0			1
Proline	mg/gN	244,0			1
Sérine	mg/gN	256,0			1

Avocat; pulpe**13004**

Avocado; pulp

(Persea americana Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Isoleucine	mg/100g	60,0			
Leucine	mg/100g	97,0			
Lysine	mg/100g	76,0			
Méthionine	mg/100g	37,0			
Phénylalanine	mg/100g	62,0			
Tyrosine	mg/100g	41,0			
Thréonine	mg/100g	51,0			
Tryptophane	mg/100g	19,0			
Valine	mg/100g	82,0			
Arginine	mg/100g	60,0			
Histidine	mg/100g	32,0			
Alanine	mg/100g	106,0			
Acide Aspartique	mg/100g	400,0			
Acide Glutamique	mg/100g	218,0			
Glycocolle	mg/100g	71,0			
Proline	mg/100g	69,0			
Sérine	mg/100g	72,0			
Ac. gras saturés	%AGtot	21,2			
Ac. gras monoinsat	%AGtot	65,5			
Ac. gras polyinsat	%AGtot	13,3			
Ac. Palmique	%AGtot	20,1			
Ac. Stéarique	%AGtot	0,9			
Ac. Palmitoléique	%AGtot	6,2			
Ac. Oléique	%AGtot	59,3			
Ac. Linoléique	%AGtot	12,5			
Ac. Linoléinique	%AGtot	0,8			
Ac. Arachidonique	%AGtot	0,2			
Ac. gras saturés	g/100g	2,9			
Ac. gras monoinsat	g/100g	8,9			
Ac. gras polyinsat	g/100g	1,8			
Ac. Palmique	g/100g	2,73			
Ac. Stéarique	g/100g	0,12			
Ac. Palmitoléique	g/100g	0,84			
Ac. Oléique	g/100g	8,05			
Ac. Linoléique	g/100g	1,7			
Ac. Linoléinique	g/100g	0,11			
Ac. Arachidonique	g/100g	0,03			
Ac. Malique	mg/100g	220,0	140,0	300,0	2
Ac. Citrique	mg/100g	80,0	50,0	110,0	2
Sérotonine	mg/100g		0,02	1,0	4
Tyramine	mg/100g	2,3			1

Babaco; pulpe**13052**

Babaco; pulp

(Carica pentagona Heilb)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,95			
Energie	Kcal/100g	22,0			
Energie	KJ/100g	93,0			
Eau	g/100g	93,1	91,9	93,9	6
Protéines	g/100g	0,9	0,7	1,3	6
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,1	6
Glucides disponibles	g/100g	4,6			
Fructose	g/100g	1,6			
Glucose	g/100g	1,9			
Saccharose	g/100g	1,1			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,0			1
Sodium	mg/100g	2,0	2,0	2,0	2
Potassium	mg/100g	145,0	132,0	158,0	2
Calcium	mg/100g	11,0	8,0	11,0	6
Magnésium	mg/100g	8,0	6,0	11,0	2
Fer	mg/100g	0,4	0,4	0,4	6
Zinc	mg/100g	0,1			1
Phosphore	mg/100g	13,0	10,0	14,0	5
Eq. β carotène	µg/100g	190,0	180,0	198,0	5
Vitamine C	mg/100g	27,0	23,0	29,0	6
Thiamine	mg/100g	0,02	0,02	0,03	5
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,02	0,06	5
Niacine	mg/100g	0,9	0,5	1,0	5

Banane douce; pulpe**13005**Banana, common; pulp
(*Musa spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,68	0,6	0,79	14
Energie	Kcal/100g	89,0			
Energie	KJ/100g	379,0			
Eau	g/100g	74,0	64,0	85,0	149
Protéines	g/100g	1,1	0,9	1,7	137
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,5	37
Glucides disponibles	g/100g	21,8	19,8	26,2	11
Fructose	g/100g	3,9*	2,6	7,8	5
Glucose	g/100g	4,6*	2,4	7,8	5
Saccharose	g/100g	8,2*	3,0	14,0	5
Amidon	g/100g	4,2*	2,1	9,9	5
Fibre alimentaire	g/100g	2,0	1,0	3,9	11
Sodium	mg/100g	1,0	0,0	10,0	97
Potassium	mg/100g	385,0	282,0	408,0	91
Calcium	mg/100g	8,0	5,6	13,0	55
Magnésium	mg/100g	30,0	27,0	36,0	137
Fer	mg/100g	0,42	0,15	1,1	156
Cuivre	mg/100g	0,11	0,09	0,13	140
Zinc	mg/100g	0,18	0,15	0,23	46
Manganèse	mg/100g	0,2	0,02	0,4	135
Phosphore	mg/100g	22,0	12,0	31,0	152
Iode	µg/100g	4,0	2,0	8,0	3
Eq. β carotène	µg/100g	68,0	21,0	200,0	9
Vitamine E	mg/100g	0,29	0,27	0,32	3
Vitamine C	mg/100g	11,7	7,0	23,0	33
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,07	17
Riboflavine	mg/100g	0,07	0,03	0,1	17
Niacine	mg/100g	0,61	0,4	0,8	17
Acide Panthoténique	mg/100g	0,28	0,18	0,36	3
Vitamine B6	mg/100g	0,47	0,2	0,7	8
Folates totaux	µg/100g	23,0	10,0	43,0	21
Biotine	µg/100g	2,6			1
Isoleucine	mg/gN	196,0			5
Leucine	mg/gN	404,0			5
Lysine	mg/gN	284,0			5
Méthionine	mg/gN	79,0			5
Cystine	mg/gN	116,0			5
Phénylalanine	mg/gN	234,0			5
Tyrosine	mg/gN	149,0			5
Thréonine	mg/gN	207,0			5
Tryptophane	mg/gN	73,0			4
Valine	mg/gN	278,0			5
Arginine	mg/gN	322,0			5
Histidine	mg/gN	487,0			5
Alanine	mg/gN	245,0			5
Acide Aspartique	mg/gN	680,0			5
Acide Glutamique	mg/gN	654,0			5
Glycocolle	mg/gN	233,0			5

Banane douce; pulpe**13005**Banana, common; pulp
(*Musa spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proline	mg/gN	246,0			5
Sérine	mg/gN	277,0			5
Isoleucine	mg/100g	34,0			
Leucine	mg/100g	71,0			
Lysine	mg/100g	50,0			
Méthionine	mg/100g	14,0			
Cystine	mg/100g	20,0			
Phénylalanine	mg/100g	41,0			
Tyrosine	mg/100g	26,0			
Thréonine	mg/100g	36,0			
Tryptophane	mg/100g	13,0			
Valine	mg/100g	49,0			
Arginine	mg/100g	57,0			
Histidine	mg/100g	86,0			
Alanine	mg/100g	43,0			
Acide Aspartique	mg/100g	120,0			
Acide Glutamique	mg/100g	115,0			
Glycocolle	mg/100g	41,0			
Proline	mg/100g	43,0			
Sérine	mg/100g	49,0			
Dopamine	mg/100g	65,0			1
Sérotinine	mg/100g	3,3	1,4	7,7	8
Tyramine	mg/100g	0,7			1

* Plus abondant dans la banane verte, l'amidon se transforme progressivement, au cours de la maturation, en oligosaccharides: saccharose, glucose, fructose.

Banane douce; pulpe séchée**13006**Banana, common; dried pulp
(*Musa spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	257,0			
Energie	KJ/100g	1096,0			
Eau	g/100g	28,0			
Protéines	g/100g	3,0			
Lipides totaux	g/100g	1,0			
Glucides disponibles	g/100g	63,0			
Fibre alimentaire	g/100g	5,5			
Sodium	mg/100g	8,0			
Potassium	mg/100g	1150,0			
Calcium	mg/100g	20,0			
Magnésium	mg/100g	90,0			
Fer	mg/100g	1,3			
Cuivre	mg/100g	0,4			
Zinc	mg/100g	0,5			
Phosphore	mg/100g	75,0			
Eq. β carotène	μ g/100g	150,0			
Vitamine E	mg/100g	0,6			
Vitamine C	mg/100g	4,0			
Thiamine	mg/100g	0,1			
Riboflavine	mg/100g	0,18			
Niacine	mg/100g	2,0			

**Banane douce; pulpe déshydratée, en rondelles
ou en farine**

13089

 Banana, common; desiccated pulp, chips or flour
(*Musa spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	340,0			
Energie	KJ/100g	1447,0			
Eau	g/100g	3,0			
Protéines	g/100g	3,9			
Lipides totaux	g/100g	1,8			
Glucides disponibles	g/100g	82,1			
Fibre alimentaire	g/100g	7,6			
Sodium	mg/100g	3,0			
Potassium	mg/100g	1491,0			
Calcium	mg/100g	22,0			
Magnésium	mg/100g	108,0			
Fer	mg/100g	1,15			
Cuivre	mg/100g	0,39			
Zinc	mg/100g	0,61			
Manganèse	mg/100g	0,57			
Phosphore	mg/100g	74,0			
Eq. β carotène	μ g/100g	183,0			
Thiamine	mg/100g	0,18			
Riboflavine	mg/100g	0,24			
Niacine	mg/100g	2,8			
Isoleucine	mg/gN	268,0			
Leucine	mg/gN	575,0			
Lysine	mg/gN	260,0			
Méthionine	mg/gN	119,0			
Cystine	mg/gN	101,0			
Phénylalanine	mg/gN	322,0			
Tyrosine	mg/gN	194,0			
Thréonine	mg/gN	274,0			
Valine	mg/gN	452,0			
Arginine	mg/gN	282,0			
Histidine	mg/gN	534,0			
Alanine	mg/gN	356,0			
Acide Aspartique	mg/gN	806,0			
Acide Glutamique	mg/gN	639,0			
Glycocolle	mg/gN	304,0			
Proline	mg/gN	367,0			
Sérine	mg/gN	362,0			
Isoleucine	mg/100g	167,0			1
Leucine	mg/100g	359,0			1
Lysine	mg/100g	162,0			1
Méthionine	mg/100g	74,0			1
Cystine	mg/100g	63,0			1
Phénylalanine	mg/100g	201,0			1
Tyrosine	mg/100g	121,0			1
Thréonine	mg/100g	171,0			1
Valine	mg/100g	282,0			1

**Banane douce; pulpe déshydratée, en rondelles
ou en farine**

13089

Banana, common; desiccated pulp, chips or flour
(*Musa spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Arginine	mg/100g	176,0			1
Histidine	mg/100g	333,0			1
Alanine	mg/100g	222,0			1
Acide Aspartique	mg/100g	503,0			1
Acide Glutamique	mg/100g	399,0			1
Glycocolle	mg/100g	190,0			1
Proline	mg/100g	229,0			1
Sérine	mg/100g	226,0			1

Barbadine; pulpe**13053**

Giant granadilla; pulp

(Passiflora quadrangularis L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,47	0,35	0,58	2
Energie	Kcal/100g	60,0			
Energie	KJ/100g	252,0			
Eau	g/100g	80,0			1
Protéines	g/100g	2,6			1
Lipides totaux	g/100g	1,3	0,7	1,9	2
Glucides disponibles	g/100g	10,0			
Fibre brute	g/100g	4,9			1
Calcium	mg/100g	9,0			1
Fer	mg/100g	0,6			1
Phosphore	mg/100g	36,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			
Vitamine C	mg/100g	20,0			1
Thiamine	mg/100g	0,0			1
Riboflavine	mg/100g	0,03			1
Niacine	mg/100g	3,8			1

Canne à sucre*; moelle de la tige**13087**

Sugar cane; pulp

(Saccharum officinarum L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,45	0,43	0,49	6
Energie	Kcal/100g	68,0			
Energie	KJ/100g	289,0			
Eau	g/100g	80,7	78,8	83,3	15
Protéines	g/100g	0,5	0,2	1,1	11
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,4	12
Glucides disponibles	g/100g	17,3			
Fibre brute	g/100g	1,9	0,4	3,4	14
Potassium	mg/100g	89,0			1
Calcium	mg/100g	10,0	5,0	13,0	14
Fer	mg/100g	1,1	0,5	1,8	13
Phosphore	mg/100g	9,0	4,0	16,0	12
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			10
Vitamine C	mg/100g	2,0	2,0	3,0	11
Thiamine	mg/100g	0,02	0,01	0,02	12
Riboflavine	mg/100g	0,01	0,01	0,02	12
Niacine	mg/100g	0,1			11

* La canne à sucre n'est pas un fruit mais sa saveur sucrée et son mode de consommation la rapprochent des fruits.

Canne à sucre; jus**18038**Sugar cane; juice, fresh
(*Saccharum officinarum* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	51,0			
Energie	KJ/100g	220,0			
Eau	g/100g	86,1	84,0	88,2	2
Protéines	g/100g	0,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,0			1
Glucides disponibles	g/100g	13,3			
Calcium	mg/100g	15,0			1
Fer	mg/100g	0,9			1
Phosphore	mg/100g	22,0			1
Vitamine C	mg/100g	10,0			1

Carambole; pulpe**13054**

Carambola; pulp

(Averrhoa carambola L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,86			6
Energie	Kcal/100g	29,0			
Energie	KJ/100g	121,0			
Eau	g/100g	90,9	87,0	95,0	27
Protéines	g/100g	0,45	0,3	1,6	21
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,5	19
Glucides disponibles	g/100g	6,4			
Fructose	g/100g	2,1			
Glucose	g/100g	3,1			
Saccharose	g/100g	0,8			
Amidon	g/100g	0,3			
Fibre alimentaire	g/100g	1,7	1,15	1,9	5
Sodium	mg/100g	3,0	2,0	6,0	8
Potassium	mg/100g	158,0	99,0	208,0	9
Calcium	mg/100g	4,0	3,0	8,0	13
Magnésium	mg/100g	8,0	3,0	12,0	4
Fer	mg/100g	0,5	0,02	0,9	8
Cuivre	mg/100g	0,12	0,08	0,16	2
Zinc	mg/100g	0,15	0,1	0,2	2
Manganèse	mg/100g	0,08	0,05	0,12	2
Phosphore	mg/100g	15,0	12,0	20,0	12
Eq. β carotène	μ g/100g	188,0	22,0	566,0	17
Vitamine C	mg/100g	23,0	19,0	39,0	44
Thiamine	mg/100g	0,03	0,02	0,07	13
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,07	12
Niacine	mg/100g	0,47	0,3	1,1	12
Isoleucine	mg/gN	266,0			
Leucine	mg/gN	463,0			
Lysine	mg/gN	463,0			
Méthionine	mg/gN	127,0			
Phénylalanine	mg/gN	220,0			
Tyrosine	mg/gN	266,0			
Thréonine	mg/gN	266,0			
Tryptophane	mg/gN	46,0			
Valine	mg/gN	301,0			
Arginine	mg/gN	127,0			
Histidine	mg/gN	46,0			
Alanine	mg/gN	428,0			
Acide Aspartique	mg/gN	590,0			
Acide Glutamique	mg/gN	891,0			
Glycocolle	mg/gN	301,0			
Proline	mg/gN	301,0			
Sérine	mg/gN	417,0			
Isoleucine	mg/100g	19,0			1
Leucine	mg/100g	33,0			1
Lysine	mg/100g	33,0			1
Méthionine	mg/100g	9,0			1
Phénylalanine	mg/100g	16,0			1

Carambole; pulpe**13054**

Carambola; pulp

(Averrhoa carambola L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Tyrosine	mg/100g	19,0			1
Thréonine	mg/100g	19,0			1
Tryptophane	mg/100g	3,0			1
Valine	mg/100g	22,0			1
Arginine	mg/100g	9,0			1
Histidine	mg/100g	3,0			1
Alanine	mg/100g	31,0			1
Acide Aspartique	mg/100g	42,0			1
Acide Glutamique	mg/100g	64,0			1
Glycocolle	mg/100g	22,0			1
Proline	mg/100g	22,0			1
Sérine	mg/100g	36,0			1

Cerise des Antilles; pulpe**13055**

Acerola; pulp

(Malpighia puniceifolia L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,79	0,75	0,81	3
Energie	Kcal/100g	20,0			
Energie	KJ/100g	85,0			
Eau	g/100g	90,5	82,0	93,5	5
Protéines	g/100g	0,4	0,1	0,7	4
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,4	4
Glucides disponibles	g/100g	4,2	3,0	5,4	2
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre brute	g/100g	0,5	0,4	0,6	3
Sodium	mg/100g	6,0	0,0	14,0	4
Potassium	mg/100g	122,0			4
Calcium	mg/100g	11,0			4
Magnésium	mg/100g	15,0	12,0	18,0	2
Fer	mg/100g	0,3	0,2	0,7	4
Phosphore	mg/100g	14,0	11,0	33,0	4
Eq. β carotène	μ g/100g	420,0	110,0	720,0	4
Vitamine C	mg/100g	1864,0	1000,0	2560,0	80
Thiamine	mg/100g	0,02	0,01	0,03	5
Riboflavine	mg/100g	0,06	0,05	0,09	5
Niacine	mg/100g	0,5	0,4	0,6	8
Acide Panthoténique	mg/100g	0,32	0,31	0,33	2
Vitamine B6	mg/100g	0,01			1
Biotine	μ g/100g	2,5	2,5	2,5	2

Cerise des Antilles; jus, frais**18040**

Acerola; juice, fresh

(Malpighia punicifolia L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			1
Energie	Kcal/100g	21,0			
Energie	KJ/100g	90,0			
Eau	g/100g	94,3			1
Protéines	g/100g	0,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,3			1
Glucides disponibles	g/100g	4,5			
Fibre brute	g/100g	0,3			1
Sodium	mg/100g	3,0			1
Potassium	mg/100g	97,0			1
Calcium	mg/100g	10,0			1
Magnésium	mg/100g	12,0			1
Fer	mg/100g	0,5			1
Phosphore	mg/100g	9,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	305,0			1
Vitamine C	mg/100g	1600,0	1000,0	2200,0	25
Thiamine	mg/100g	0,02			7
Riboflavine	mg/100g	0,06			1
Niacine	mg/100g	0,4			4
Acide Panthoténique	mg/100g	0,21			1
Vitamine B6	mg/100g	tr			1

Chérimole; pulpe**13056**

Cherimoya; pulp

(Annona cherimola Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,7	0,65	0,73	8
Energie	Kcal/100g	59,0			
Energie	KJ/100g	250,0			
Eau	g/100g	75,7			17
Protéines	g/100g	1,3	0,9	2,2	16
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,1	0,7	12
Glucides disponibles	g/100g	13,3	10,9	18,6	6
Fibre alimentaire	g/100g	2,4			
Sodium	mg/100g	2,0	2,0	3,0	5
Potassium	mg/100g	231,0	207,0	281,0	5
Calcium	mg/100g	21,0	8,0	34,0	13
Magnésium	mg/100g	18,0	15,0	21,0	5
Fer	mg/100g	0,5	0,2	0,6	7
Cuivre	mg/100g	0,2	0,1	0,2	5
Zinc	mg/100g	0,2	0,1	0,3	5
Manganèse	mg/100g	0,02	0,01	0,04	5
Phosphore	mg/100g	34,0	25,0	40,0	8
Eq. β carotène	μg/100g	tr	0,0	6,0	7
Vitamine C	mg/100g	10,0	5,0	24,0	5
Thiamine	mg/100g	0,09	0,04	0,13	8
Riboflavine	mg/100g	0,12	0,11	0,14	8
Niacine	mg/100g	0,95	0,8	1,3	7

Citron; pulpe**13009**

Lemon; pulp

(Citrus limon (L.) Burm. f.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,64	0,47	0,8	23
Energie	Kcal/100g	26,0			
Energie	KJ/100g	111,0			
Eau	g/100g	89,4	87,0	93,0	41
Protéines	g/100g	0,7	0,3	1,1	28
Lipides totaux	g/100g	0,3	tr	0,6	25
Glucides disponibles	g/100g	2,5			
Fructose	g/100g	0,9			
Glucose	g/100g	1,1			
Saccharose	g/100g	0,5			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	2,1			1
Sodium	mg/100g	4,0	2,0	5,0	9
Potassium	mg/100g	153,0	138,0	170,0	7
Calcium	mg/100g	25,0	10,0	40,0	25
Magnésium	mg/100g	16,0	9,0	28,0	3
Fer	mg/100g	0,5	0,1	0,6	25
Cuivre	mg/100g	0,35	tr	0,4	
Zinc	mg/100g	0,1	0,03	0,2	3
Manganèse	mg/100g	0,03	0,0	0,05	
Phosphore	mg/100g	18,0	10,0	22,0	26
Fluor	µg/100g	10,0	3,0	17,0	
Iode	µg/100g	0,5			
Eq. β carotène	µg/100g	11,0	0,0	18,0	5
Vitamine C	mg/100g	52,0	35,0	62,0	7
Thiamine	mg/100g	0,05	0,03	0,06	4
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,03	6
Niacine	mg/100g	0,2	0,1	0,4	4
Acide Panthoténique	mg/100g	0,23	0,19	0,27	2
Vitamine B6	mg/100g	0,07	0,04	0,1	4
Folates totaux	µg/100g	9,0	4,0	11,0	13
Ac. Malique	mg/100g	100,0			
Ac. Citrique	mg/100g	4600,0			

Citron; jus, frais**18007**

Lemon; juice, fresh

(Citrus limon (L.) Burm. f.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,36	0,35	0,37	2
Energie	Kcal/100g	28,0			
Energie	KJ/100g	117,0			
Eau	g/100g	90,8	89,7	92,8	22
Protéines	g/100g	0,4	0,3	1,1	27
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,0	0,2	4
Glucides disponibles	g/100g	3,6			
Fructose	g/100g	1,7			
Glucose	g/100g	1,4			
Saccharose	g/100g	0,5			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1	0,0	0,1	3
Sodium	mg/100g	1,0	0,5	3,0	18
Potassium	mg/100g	123,0	95,0	146,0	21
Calcium	mg/100g	7,0	6,0	17,0	16
Magnésium	mg/100g	6,0	5,0	11,0	32
Fer	mg/100g	0,14	0,03	1,9	20
Cuivre	mg/100g	0,04	0,03	0,2	18
Zinc	mg/100g	0,05	0,03	0,2	
Manganèse	mg/100g	0,01	0,0	0,05	18
Phosphore	mg/100g	7,0	5,0	28,0	32
Iode	µg/100g	3,0			
Eq. β carotène	µg/100g	12,0			1
Vitamine E	mg/100g	0,04			
Vitamine C	mg/100g	37,0	26,0	62,0	31
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,06	3
Riboflavine	mg/100g	0,01			
Niacine	mg/100g	0,1			
Acide Panthoténique	mg/100g	0,1			
Vitamine B6	mg/100g	0,05			
Folates totaux	µg/100g	16,0	7,0	21,0	7
Biotine	µg/100g	0,3			
Ac. Malique	mg/100g	250,0			
Ac. Citrique	mg/100g	4500,0			

Citron; jus, en conserve**18028**

Lemon; juice, canned

(Citrus limon (L.) Burm. f.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	23,0			
Energie	KJ/100g	97,0			
Eau	g/100g	92,5			3
Protéines	g/100g	0,4			3
Lipides totaux	g/100g	0,3			3
Glucides disponibles	g/100g	2,5			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1			
Sodium	mg/100g	1,0			
Potassium	mg/100g	102,0			5
Calcium	mg/100g	11,0			3
Magnésium	mg/100g	8,0			3
Fer	mg/100g	0,13			3
Cuivre	mg/100g	0,04			3
Zinc	mg/100g	0,06			3
Manganèse	mg/100g	0,02			3
Phosphore	mg/100g	9,0			3
Eq. β carotène	μ g/100g	9,0			3
Vitamine C	mg/100g	20,0	11,0	25,0	4
Thiamine	mg/100g	0,04			3
Riboflavine	mg/100g	0,01			3
Niacine	mg/100g	0,2			3
Acide Panthoténique	mg/100g	0,1			3
Vitamine B6	mg/100g	0,04			3
Folates totaux	μ g/100g	10,0			6
Ac. Malique	mg/100g	210,0			
Ac. Citrique	mg/100g	3600,0			

Coeur de boeuf; pulpe**13057**Custard apple; pulp
(*Annona reticulata* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,66	0,43	0,74	10
Energie	Kcal/100g	67,0			
Energie	KJ/100g	283,0			
Eau	g/100g	76,3	71,5	78,6	15
Protéines	g/100g	1,9	1,4	2,1	15
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,2	0,6	14
Glucides disponibles	g/100g	15,0			
Fibre brute	g/100g	5,6	3,4	6,6	7
Sodium	mg/100g	4,0	1,0	7,0	3
Potassium	mg/100g	362,0	278,0	495,0	5
Calcium	mg/100g	25,0	18,0	42,0	22
Magnésium	mg/100g	21,0	18,0	24,0	2
Fer	mg/100g	0,8	0,2	1,2	15
Cuivre	mg/100g	0,16			1
Phosphore	mg/100g	26,0	16,0	32,0	21
Eq. β carotène	μ g/100g	3,0	tr	20,0	7
Vitamine C	mg/100g	21,0	14,0	40,0	22
Thiamine	mg/100g	0,08	0,07	0,11	9
Riboflavine	mg/100g	0,11	0,06	0,12	9
Niacine	mg/100g	0,7	0,5	0,7	9
Acide Panthoténique	mg/100g	0,13	0,11	0,15	2
Vitamine B6	mg/100g	0,21	0,18	0,24	2
Lysine	mg/gN	151,0			
Méthionine	mg/gN	15,0			
Tryptophane	mg/gN	29,0			
Lysine	mg/100g	41,0			1
Méthionine	mg/100g	4,0			1
Tryptophane	mg/100g	8,0			1

Corossol épineux; pulpe**13059**

Soursop; pulp

(Annona muricata L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,68	0,51	0,8	5
Energie	Kcal/100g	50,0			
Energie	KJ/100g	212,0			
Eau	g/100g	82,7	80,0	86,0	12
Protéines	g/100g	1,3	1,0	1,6	9
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,4	9
Glucides disponibles	g/100g	11,4			
Fructose	g/100g	1,8	1,6	2,0	2
Glucose	g/100g	2,3	2,11	2,43	2
Saccharose	g/100g	6,9	5,34	8,45	2
Amidon	g/100g	0,4			
Fibre alimentaire	g/100g	4,2			2
Sodium	mg/100g	10,0	0,0	30,0	4
Potassium	mg/100g	261,0	253,0	303,0	4
Calcium	mg/100g	25,0	12,0	33,0	9
Magnésium	mg/100g	19,0			1
Fer	mg/100g	1,3	0,4	2,3	9
Phosphore	mg/100g	32,0	20,0	47,0	9
Eq. β carotène	μ g/100g	3,0	0,0	18,0	12
Vitamine C	mg/100g	23,0	10,0	27,0	28
Thiamine	mg/100g	0,09	0,06	0,11	7
Riboflavine	mg/100g	0,08	0,05	0,11	7
Niacine	mg/100g	1,08	0,4	1,4	7
Acide Panthoténique	mg/100g	0,23			1
Vitamine B6	mg/100g	0,06	0,06	0,06	2
Lysine	mg/gN	375,0			
Cystine	mg/gN	44,0			
Tryptophane	mg/gN	69,0			
Lysine	mg/100g	78,0			
Cystine	mg/100g	9,0			
Tryptophane	mg/100g	14,0			

Datte; fraîche, pulpe et peau**13060**Date; fresh, pulp and skin
(*Phoenix dactylifera L.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,67	0,54	0,78	5
Energie	Kcal/100g	111,0			
Energie	KJ/100g	473,0			
Eau	g/100g	67,6	32,0	78,5	44
Protéines	g/100g	1,4	0,9	2,6	37
Lipides totaux	g/100g	0,5	tr	1,5	37
Glucides disponibles	g/100g	26,9			
Fibre alimentaire	g/100g	2,7			
Sodium	mg/100g	17,0			1
Calcium	mg/100g	41,0	25,0	53,0	21
Fer	mg/100g	2,1	0,3	6,0	3
Phosphore	mg/100g	38,0	16,0	56,0	20
Eq. β carotène	μ g/100g	106,0	80,0	175,0	6
Vitamine C	mg/100g	15,0	tr	30,0	11
Thiamine	mg/100g	0,06			1
Riboflavine	mg/100g	0,04			1
Niacine	mg/100g	5,4	4,3	7,2	7

Datte; sèche, pulpe et peau**13011**Date; dried, pulp and skin
(*Phoenix dactylifera L.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,87	0,8	0,93	7
Energie	Kcal/100g	278,0*			
Energie	KJ/100g	1187,0*			
Eau	g/100g	17,5	7,0	26,1	60
Protéines	g/100g	2,5	1,2	4,8	49
Lipides totaux	g/100g	0,5	tr	1,2	25
Glucides disponibles	g/100g	69,5			
Fructose	g/100g	30,7			
Glucose	g/100g	27,9			
Saccharose	g/100g	10,3			
Fibre alimentaire	g/100g	7,1	4,0	9,2	8
Sodium	mg/100g	3,0	0,6	9,2	14
Potassium	mg/100g	677,0	540,0	754,0	15
Calcium	mg/100g	62,0	30,0	103,0	21
Magnésium	mg/100g	58,0	45,0	72,0	6
Fer	mg/100g	3,0	0,8	13,7	34
Cuivre	mg/100g	0,31	0,2	0,4	24
Zinc	mg/100g	0,32	0,28	0,4	16
Phosphore	mg/100g	74,0			19
Eq. β carotène	µg/100g	30,0	13,0	60,0	10
Vitamine C	mg/100g	2,0	0,0	3,4	7
Thiamine	mg/100g	0,06	0,02	0,09	12
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,03	0,16	13
Niacine	mg/100g	1,7	1,1	2,2	12
Acide Panthoténique	mg/100g	0,8	0,78	0,8	4
Vitamine B6	mg/100g	0,15	0,1	0,17	4
Folates totaux	µg/100g	28,0	17,0	57,0	10
Isoleucine	mg/gN	159,0			6
Leucine	mg/gN	258,0			6
Lysine	mg/gN	179,0			6
Méthionine	mg/gN	63,0			6
Cystine	mg/gN	128,0			5
Phénylalanine	mg/gN	175,0			6
Tyrosine	mg/gN	66,0			5
Thréonine	mg/gN	172,0			6
Tryptophane	mg/gN	165,0			3
Valine	mg/gN	219,0			6
Arginine	mg/gN	169,0			6
Histidine	mg/gN	91,0			6
Alanine	mg/gN	326,0			5
Acide Aspartique	mg/gN	434,0			5
Acide Glutamique	mg/gN	644,0			5
Glycocolle	mg/gN	326,0			5
Proline	mg/gN	361,0			5
Sérine	mg/gN	221,0			5
Isoleucine	mg/100g	64,0			
Leucine	mg/100g	103,0			
Lysine	mg/100g	72,0			

Datte; sèche, pulpe et peau**13011**Date; dried, pulp and skin
(*Phoenix dactylifera L.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Méthionine	mg/100g	25,0			
Cystine	mg/100g	51,0			
Phénylalanine	mg/100g	70,0			
Tyrosine	mg/100g	26,0			
Thréonine	mg/100g	69,0			
Tryptophane	mg/100g	66,0			
Valine	mg/100g	88,0			
Arginine	mg/100g	68,0			
Histidine	mg/100g	36,0			
Alanine	mg/100g	130,0			
Acide Aspartique	mg/100g	174,0			
Acide Glutamique	mg/100g	258,0			
Glycocolle	mg/100g	130,0			
Proline	mg/100g	144,0			
Sérine	mg/100g	88,0			
Sérotonine	mg/100g	0,6			1

* Cette valeur tient compte de l'énergie apportée par les 1,4g de sorbitol contenus, en moyenne, dans 100g de datte sèche.

Datte "Deglet-nour"; pulpe et peau**13081**

Date "Deglet-nour"; pulp and skin

(Phoenix dactylifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,9			
Eau	g/100g	26,6			1
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	940,0			1
Calcium	mg/100g	69,0			1
Magnésium	mg/100g	83,0			1
Fer	mg/100g	1,1			1
Cuivre	mg/100g	0,4			1
Zinc	mg/100g	0,5			1

Feijoa; pulpe**13061**

Feijoa; pulp

(Feijoa sellowiana Berg.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5			1
Energie	Kcal/100g	23,0			
Energie	KJ/100g	99,0			
Eau	g/100g	82,2	79,2	84,9	3
Protéines	g/100g	0,9	0,8	1,0	2
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,0	0,2	2
Glucides disponibles	g/100g	5,0			1
Fibre brute	g/100g	2,5	1,0	3,9	2
Calcium	mg/100g	34,0			2
Fer	mg/100g	0,7			1
Phosphore	mg/100g	16,0			1
Eq. β carotène	µg/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	19,0	4,0	34,0	2
Thiamine	mg/100g	0,04			1
Riboflavine	mg/100g	0,0			
Niacine	mg/100g	1,0			1

Figue; fraîche**13012**

Fig; fresh

(Ficus carica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,92	0,84	1,0	15
Energie	Kcal/100g	54,0			
Energie	KJ/100g	231,0			
Eau	g/100g	79,5	72,0	87,0	46
Protéines	g/100g	0,9	0,8	1,3	38
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,0	0,5	21
Glucides disponibles	g/100g	13,0	9,5	16,5	2
Fibre alimentaire	g/100g	2,3	2,0	2,8	7
Sodium	mg/100g	3,0	1,0	6,0	14
Potassium	mg/100g	232,0	190,0	290,0	14
Calcium	mg/100g	60,0	34,0	83,0	21
Magnésium	mg/100g	18,0	15,0	21,0	19
Fer	mg/100g	0,78	0,3	2,6	36
Cuivre	mg/100g	0,07	0,06	0,07	19
Zinc	mg/100g	0,26	0,1	0,4	4
Phosphore	mg/100g	23,0	12,0	32,0	36
Fluor	µg/100g	20,0			
Iode	µg/100g	1,5			
Eq. β carotène	µg/100g	46,0	22,0	85,0	15
Vitamine C	mg/100g	5,0	1,0	15,0	9
Thiamine	mg/100g	0,05	0,03	0,06	11
Riboflavine	mg/100g	0,06	0,05	0,06	11
Niacine	mg/100g	0,46	0,3	0,5	11
Acide Panthoténique	mg/100g	0,3	0,2	0,3	4
Vitamine B6	mg/100g	0,11			3
Folates totaux	µg/100g	7,0	5,0	9,0	
Isoleucine	mg/gN	190,0			1
Leucine	mg/gN	270,0			1
Lysine	mg/gN	250,0			1
Méthionine	mg/gN	52,0			1
Cystine	mg/gN	100,0			1
Phénylalanine	mg/gN	150,0			1
Tyrosine	mg/gN	270,0			1
Thréonine	mg/gN	200,0			1
Tryptophane	mg/gN	53,0			1
Valine	mg/gN	240,0			1
Arginine	mg/gN	140,0			1
Histidine	mg/gN	88,0			1
Alanine	mg/gN	380,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	1500,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	600,0			1
Glycocolle	mg/gN	210,0			1
Proline	mg/gN	410,0			1
Sérine	mg/gN	310,0			1
Isoleucine	mg/100g	29,0			
Leucine	mg/100g	41,0			
Lysine	mg/100g	38,0			
Méthionine	mg/100g	8,0			

Figue; fraîche**13012**Fig; fresh
(*Ficus carica* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Cystine	mg/100g	15,0			
Phénylalanine	mg/100g	23,0			
Tyrosine	mg/100g	41,0			
Thréonine	mg/100g	30,0			
Tryptophane	mg/100g	8,0			
Valine	mg/100g	36,0			
Arginine	mg/100g	21,0			
Histidine	mg/100g	13,0			
Alanine	mg/100g	57,0			
Acide Aspartique	mg/100g	226,0			
Acide Glutamique	mg/100g	90,0			
Glycocolle	mg/100g	32,0			
Proline	mg/100g	62,0			
Sérine	mg/100g	47,0			
Sérotonine	mg/100g	1,3			

Figue; sèche**13013**

Fig; dry

(Ficus carica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,98	0,97	1,0	12
Energie	Kcal/100g	224,0			
Energie	KJ/100g	952,0			
Eau	g/100g	25,0	16,0	30,2	26
Protéines	g/100g	3,2	2,7	4,2	43
Lipides totaux	g/100g	1,2	0,0	1,7	25
Glucides disponibles	g/100g	53,0	48,6	61,6	3
Fibre alimentaire	g/100g	8,0	7,5	16,2	7
Sodium	mg/100g	14,0	9,0	62,0	32
Potassium	mg/100g	770,0	661,0	1002,0	32
Calcium	mg/100g	160,0	134,0	268,0	41
Magnésium	mg/100g	62,0	52,0	80,0	39
Fer	mg/100g	2,5	1,9	5,1	41
Cuivre	mg/100g	0,32	0,27	0,4	40
Zinc	mg/100g	0,55	0,5	0,9	23
Phosphore	mg/100g	71,0	65,0	116,0	41
Iode	µg/100g	4,0			
Eq. β carotène	µg/100g	80,0	30,0	100,0	17
Vitamine C	mg/100g	1,0	0,0	5,0	17
Thiamine	mg/100g	0,08	0,06	0,16	18
Riboflavine	mg/100g	0,09	0,05	0,12	18
Niacine	mg/100g	0,8	0,3	1,7	18
Acide Panthoténique	mg/100g	0,44	0,35	0,51	4
Vitamine B6	mg/100g	0,22	0,16	0,26	3
Folates totaux	µg/100g	13,0	9,0	15,0	3
Isoleucine	mg/gN	190,0			1
Leucine	mg/gN	270,0			1
Lysine	mg/gN	250,0			1
Méthionine	mg/gN	52,0			1
Cystine	mg/gN	100,0			1
Phénylalanine	mg/gN	150,0			1
Tyrosine	mg/gN	270,0			1
Thréonine	mg/gN	200,0			1
Tryptophane	mg/gN	53,0			1
Valine	mg/gN	240,0			1
Arginine	mg/gN	140,0			1
Histidine	mg/gN	88,0			1
Alanine	mg/gN	380,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	1500,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	600,0			1
Glycocolle	mg/gN	210,0			1
Proline	mg/gN	410,0			1
Sérine	mg/gN	310,0			1
Isoleucine	mg/100g	97,0			
Leucine	mg/100g	138,0			
Lysine	mg/100g	128,0			
Méthionine	mg/100g	27,0			
Cystine	mg/100g	51,0			

Figue; sèche**13013**

Fig; dry

(Ficus carica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Phénylalanine	mg/100g	77,0			
Tyrosine	mg/100g	138,0			
Thréonine	mg/100g	102,0			
Tryptophane	mg/100g	27,0			
Valine	mg/100g	123,0			
Arginine	mg/100g	72,0			
Histidine	mg/100g	45,0			
Alanine	mg/100g	195,0			
Acide Aspartique	mg/100g	768,0			
Acide Glutamique	mg/100g	307,0			
Glycocolle	mg/100g	106,0			
Proline	mg/100g	210,0			
Sérine	mg/100g	159,0			
Ac. Malique	mg/100g	200,0			
Ac. Citrique	mg/100g	300,0			
Ac. Phytique	mg/100g	9,0			1

**Fruit de la Passion (var. pourpre ou jaune); pulpe
avec pépins**

13016

Passion fruit; pulp and pips

(Passiflora edulis Sims. var. edulis)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,53	0,42	0,61	5
Energie	Kcal/100g	62,0			
Energie	KJ/100g	261,0			
Eau	g/100g	75,9	67,3	85,6	22
Protéines	g/100g	2,6	0,4	4,7	17
Lipides totaux	g/100g	1,2	0,1	3,5	14
Glucides disponibles	g/100g	8,5			
Fructose	g/100g	2,4	1,9	3,2	7
Glucose	g/100g	2,9	2,0	3,9	7
Saccharose	g/100g	2,5	1,5	3,5	7
Amidon	g/100g	0,7			
Fibre alimentaire	g/100g	7,3	1,5	14,3	11
Sodium	mg/100g	10,0	2,0	28,0	6
Potassium	mg/100g	228,0	200,0	348,0	6
Calcium	mg/100g	12,0	4,0	25,0	13
Magnésium	mg/100g	30,0	28,0	39,0	9
Fer	mg/100g	0,8	0,2	1,6	12
Cuivre	mg/100g	0,13			2
Zinc	mg/100g	0,8			1
Phosphore	mg/100g	57,0	25,0	76,0	9
Eq. β carotène	µg/100g	500,0	10,0	1430,0	11
Vitamine C	mg/100g	28,0	10,0	56,0	12
Thiamine	mg/100g	0,01	tr	0,04	4
Riboflavine	mg/100g	0,12	0,03	0,14	8
Niacine	mg/100g	2,0	0,6	2,8	8
Ac. Malique	mg/100g	530,0	480,0	650,0	3
Ac. Citrique	mg/100g	3000,0	2500,0	3500,0	3

Fruit de la Passion; jus, frais**18024**

Passion fruit; juice, fresh

(Passiflora edulis Sims. var. edulis)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	54,0			
Energie	KJ/100g	229,0			
Eau	g/100g	84,0			6
Protéines	g/100g	0,8			5
Lipides totaux	g/100g	0,2			4
Glucides disponibles	g/100g	13,0			
Fructose	g/100g	4,0			
Glucose	g/100g	4,8			
Saccharose	g/100g	4,2			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre brute	g/100g	0,1	tr	0,2	3
Sodium	mg/100g	10,0	1,0	19,0	3
Potassium	mg/100g	241,0			
Calcium	mg/100g	6,0	4,0	14,0	4
Magnésium	mg/100g	17,0			1
Fer	mg/100g	0,38	0,24	0,5	4
Zinc	mg/100g	0,8			
Phosphore	mg/100g	21,0	13,0	25,0	4
Eq. β carotène	µg/100g	1070,0	430,0	1700,0	4
Vitamine C	mg/100g	20,0	18,0	30,0	54
Thiamine	mg/100g	0,01	0,01	0,02	2
Riboflavine	mg/100g	0,11			4
Niacine	mg/100g	1,6			4
Sérotonine	mg/100g	2,5	1,0	4,0	

Goyave; pulpe**13083**

Guava; pulp

(Psidium guajava L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,81	0,76	0,98	18
Energie	Kcal/100g	31,0			
Energie	KJ/100g	132,0			
Eau	g/100g	83,0	74,0	88,0	43
Protéines	g/100g	1,0	0,3	1,5	36
Lipides totaux	g/100g	0,4			30
Glucides disponibles	g/100g	5,5	3,0	6,9	10
Fructose	g/100g	2,6			
Glucose	g/100g	2,1			
Saccharose	g/100g	0,7			
Fibre alimentaire	g/100g	6,0	3,7	6,5	7
Sodium	mg/100g	3,0	1,0	7,0	22
Potassium	mg/100g	273,0	150,0	291,0	23
Calcium	mg/100g	20,0	7,0	42,0	62
Magnésium	mg/100g	11,0	8,0	18,0	19
Fer	mg/100g	0,8	0,2	2,0	39
Cuivre	mg/100g	0,1	0,1	0,1	14
Zinc	mg/100g	0,2	0,1	1,0	20
Phosphore	mg/100g	26,0	14,0	42,0	57
Eq. β carotène	μ g/100g	260,0	14,0	435,0	18
Vitamine C	mg/100g	243,0	11,0	979,0	215
Thiamine	mg/100g	0,05	0,02	0,07	21
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,03	0,07	17
Niacine	mg/100g	1,2	1,0	1,9	15
Acide Panthoténique	mg/100g	0,15	0,15	0,15	2
Vitamine B6	mg/100g	0,12	0,06	0,14	7
Folates totaux	μ g/100g	10,0	7,0	12,0	2
Isoleucine	mg/gN	229,0			1
Leucine	mg/gN	419,0			1
Lysine	mg/gN	177,0			15
Méthionine	mg/gN	41,0			15
Phénylalanine	mg/gN	15,0			1
Tyrosine	mg/gN	76,0			1
Thréonine	mg/gN	236,0			1
Tryptophane	mg/gN	54,0			14
Valine	mg/gN	213,0			1
Arginine	mg/gN	160,0			1
Histidine	mg/gN	53,0			1
Alanine	mg/gN	312,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	396,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	816,0			1
Glycocolle	mg/gN	312,0			1
Proline	mg/gN	191,0			1
Sérine	mg/gN	183,0			1
Isoleucine	mg/100g	37,0			
Leucine	mg/100g	67,0			
Lysine	mg/100g	28,0			
Méthionine	mg/100g	7,0			

Goyave; pulpe**13083**

Guava; pulp

(Psidium guajava L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Phénylalanine	mg/100g	2,0			
Tyrosine	mg/100g	12,0			
Thréonine	mg/100g	38,0			
Tryptophane	mg/100g	9,0			
Valine	mg/100g	34,0			
Arginine	mg/100g	26,0			
Histidine	mg/100g	8,0			
Alanine	mg/100g	50,0			
Acide Aspartique	mg/100g	63,0			
Acide Glutamique	mg/100g	131,0			
Glycocolle	mg/100g	50,0			
Proline	mg/100g	31,0			
Sérine	mg/100g	29,0			
Ac. organiques totaux	mg/100g	1250,0			7

Grenade; pulpe avec pépins**13018**

Pomegranate; pulp and pips

(Punica granatum L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,56	0,35	0,65	9
Energie	Kcal/100g	60,0			
Energie	KJ/100g	257,0			
Eau	g/100g	80,2	72,6	84,0	24
Protéines	g/100g	1,0	0,3	1,6	19
Lipides totaux	g/100g	0,3	tr	0,9	14
Glucides disponibles	g/100g	13,7			
Fructose	g/100g	6,3			3
Glucose	g/100g	7,0			3
Saccharose	g/100g	0,4			3
Amidon	g/100g	0,0			2
Fibre alimentaire	g/100g	3,5	3,1	6,4	
Sodium	mg/100g	4,0	2,0	7,0	6
Potassium	mg/100g	247,0	200,0	380,0	6
Calcium	mg/100g	13,0	3,0	28,0	13
Magnésium	mg/100g	6,0	3,0	11,0	4
Fer	mg/100g	0,97	0,2	2,1	14
Cuivre	mg/100g	0,12	0,07	0,17	2
Zinc	mg/100g	0,4			2
Phosphore	mg/100g	25,0	8,0	37,0	11
Eq. β carotène	µg/100g	40,0	31,0	65,0	5
Vitamine C	mg/100g	20,0	4,0	29,0	78
Thiamine	mg/100g	0,05	0,01	0,09	7
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,01	0,06	7
Niacine	mg/100g	0,3	0,1	0,4	7
Acide Panthoténique	mg/100g	0,6	0,6	0,6	2
Vitamine B6	mg/100g	0,2	0,1	0,3	2
Ac. Malique	mg/100g	170,0	100,0	500,0	3
Ac. Citrique	mg/100g	800,0	500,0	1700,0	3

Grenade; jus**18039**Pomegranate; juice, fresh
(*Punica granatum* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			2
Energie	Kcal/100g	41,0			
Energie	KJ/100g	175,0			
Eau	g/100g	84,1	83,4	85,4	3
Protéines	g/100g	0,6	0,2	0,9	3
Lipides totaux	g/100g	tr			2
Glucides disponibles	g/100g	12,6			1
Fructose	g/100g	5,5			
Glucose	g/100g	6,9			
Saccharose	g/100g	0,2			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	tr			2
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	218,0			1
Calcium	mg/100g	8,0	3,0	13,0	2
Magnésium	mg/100g	3,0			1
Fer	mg/100g	0,7	0,2	1,2	2
Cuivre	mg/100g	0,08			1
Phosphore	mg/100g	23,0	8,0	39,0	2
Eq. β carotène	μ g/100g	36,0			1
Vitamine C	mg/100g	9,0	8,0	10,0	3
Thiamine	mg/100g	0,02			1
Riboflavine	mg/100g	0,03			1
Niacine	mg/100g	0,2			1
Acide Panthoténique	mg/100g	0,6			1
Vitamine B6	mg/100g	0,3			1

**Jujube commun et Jujube de Chine; frais, pulpe
avec peau**

13064

Jujube, common, and Chinese Jujube; fresh, pulp and peel
(*Ziziphus ziziphus* (L.) Meikle et *Z. jujuba* Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,93	0,9	0,94	4
Energie	Kcal/100g	80,0			
Energie	KJ/100g	341,0			
Eau	g/100g	77,0	64,0	83,0	17
Protéines	g/100g	1,5	1,2	1,6	7
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,4	7
Glucides disponibles	g/100g	19,0			
Fibre brute	g/100g	1,5			1
Sodium	mg/100g	3,0	2,0	5,0	4
Potassium	mg/100g	250,0	203,0	290,0	5
Calcium	mg/100g	26,0	13,0	37,0	13
Magnésium	mg/100g	10,0			1
Fer	mg/100g	1,2	0,2	2,2	8
Cuivre	mg/100g	0,08			1
Zinc	mg/100g	0,05			1
Manganèse	mg/100g	0,09			1
Phosphore	mg/100g	26,0	16,0	49,0	11
Eq. β carotène	µg/100g	20,0	0,0	40,0	5
Vitamine C	mg/100g	64,0	46,0	69,0	4
Thiamine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	3
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,03	0,04	3
Niacine	mg/100g	0,9	0,7	0,9	3
Vitamine B6	mg/100g	0,08			1

**Jujube commun et Jujube de Chine; sec, pulpe
avec peau**

13065

Jujube, common, and Chinese Jujube; dry, pulp and peel
(*Ziziphus ziziphus* (L.) Meikle et *Z. jujuba* Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,88			2
Energie	Kcal/100g	290,0			
Energie	KJ/100g	1234,0			
Eau	g/100g	20,0	17,0	23,2	3
Protéines	g/100g	3,2	2,7	3,7	2
Lipides totaux	g/100g	1,3	0,7	2,1	3
Glucides disponibles	g/100g	70,7			
Fibre brute	g/100g	3,1	2,9	3,5	3
Sodium	mg/100g	9,0			1
Potassium	mg/100g	520,0	510,0	531,0	2
Calcium	mg/100g	66,0	53,0	79,0	2
Magnésium	mg/100g	37,0			1
Fer	mg/100g	2,6	1,8	3,4	2
Cuivre	mg/100g	0,26			1
Zinc	mg/100g	0,19			1
Manganèse	mg/100g	0,3			1
Phosphore	mg/100g	85,0	70,0	100,0	2
Eq. β carotène	μ g/100g	26,0			1
Vitamine C	mg/100g	10,0	6,0	13,0	2
Thiamine	mg/100g	0,2	0,2	0,2	2
Riboflavine	mg/100g	0,37	0,36	0,38	2
Niacine	mg/100g	0,5	0,5	0,5	2

Kaki; pulpe**13066**Japanese persimmon; pulp
(*Diospyros kaki* L. f.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,87	0,69	0,98	6
Energie	Kcal/100g	62,0			
Energie	KJ/100g	264,0			
Eau	g/100g	80,7	78,2	86,0	14
Protéines	g/100g	0,7	0,5	1,1	7
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,2	0,4	7
Glucides disponibles	g/100g	15,3			1
Fibre alimentaire	g/100g	2,5			1
Sodium	mg/100g	2,0	1,0	6,0	6
Potassium	mg/100g	171,0	130,0	241,0	6
Calcium	mg/100g	21,0	6,0	39,0	29
Magnésium	mg/100g	9,0	8,0	10,0	4
Fer	mg/100g	0,4	0,15	0,7	6
Cuivre	mg/100g	0,11			1
Zinc	mg/100g	0,1	0,1	0,1	2
Phosphore	mg/100g	20,0	17,0	26,0	6
Eq. β carotène	μ g/100g	1420,0	600,0	3000,0	29
Vitamine C	mg/100g	7,0*	3,0	50,0	28
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,05	5
Riboflavine	mg/100g	0,06	0,02	0,1	5
Niacine	mg/100g	0,3	tr	0,6	5
Folates totaux	μ g/100g	11,0	6,0	25,0	5

* Très riche en tannins, le kaki est fortement astringent. Il ne devient consommable qu'après bletissement (excès de maturité), d'où sa faible teneur en vitamine C.

Kiwano; fruit, non spécifié**13094**

Kiwano; fruit, not specified

(Cucumis metuliferus E. Mey. ex Naud.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	12,0			
Energie	KJ/100g	53,0			
Eau	g/100g	90,4	89,4	91,4	3
Protéines	g/100g	1,8	1,2	2,4	3
Lipides totaux	g/100g	tr			3
Glucides disponibles	g/100g	3,1			
Fructose	g/100g	1,3	1,0	1,6	3
Glucose	g/100g	1,8	1,3	2,3	3
Fibre alimentaire	g/100g	4,0	3,1	4,9	3
Sodium	mg/100g	6,0	4,0	7,0	3
Potassium	mg/100g	266,0	255,0	277,0	3
Calcium	mg/100g	17,0	15,0	19,0	3
Magnésium	mg/100g	23,0	18,0	28,0	3
Fer	mg/100g	0,5	0,3	0,7	3
Cuivre	mg/100g	0,1	0,1	0,1	3
Zinc	mg/100g	0,2	0,2	0,2	3
Manganèse	mg/100g	0,1	0,1	0,1	3
Phosphore	mg/100g	50,0	28,0	72,0	3
Vitamine C	mg/100g	0,5	0,4	0,6	3
Ac. Malique	mg/100g	10,0	0,0	30,0	3
Ac. Citrique	mg/100g	900,0	600,0	1200,0	3

Kiwi; pulpe et graines**13021**Kiwi fruit; pulp and seeds
(*Actinidia sinensis* Planch.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,86	0,8	0,95	3
Energie	Kcal/100g	47,0			
Energie	KJ/100g	201,0			
Eau	g/100g	83,0	80,0	84,3	9
Protéines	g/100g	1,1	0,6	1,6	9
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,2	1,0	9
Glucides disponibles	g/100g	10,0	9,5	12,2	5
Fructose	g/100g	4,2			
Glucose	g/100g	4,5			
Saccharose	g/100g	1,2			
Amidon	g/100g	0,1			
Fibre alimentaire	g/100g	2,5	1,7	3,8	8
Sodium	mg/100g	4,0	2,0	6,0	9
Potassium	mg/100g	287,0	250,0	430,0	9
Calcium	mg/100g	27,0	14,0	52,0	11
Magnésium	mg/100g	17,0	11,0	30,0	9
Fer	mg/100g	0,4	0,2	1,6	10
Cuivre	mg/100g	0,14			1
Zinc	mg/100g	0,12	0,08	0,2	7
Manganèse	mg/100g	0,1			1
Phosphore	mg/100g	37,0	26,0	67,0	6
Eq. β carotène	μ g/100g	50,0	22,0	105,0	7
Vitamine C	mg/100g	80,0*	17,0	300,0	32
Thiamine	mg/100g	0,01	0,0	0,02	10
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,03	0,05	5
Niacine	mg/100g	0,4	0,15	0,6	5
Vitamine B6	mg/100g	0,13	0,1	0,15	5
Folates totaux	μ g/100g	37,0	14,0	48,0	6
Sérotonine	mg/100g	0,6	0,4	0,8	

* De 150mg en moyenne pour le kiwi récemment récolté, la teneur s'abaisse aux environs de 68mg pour le kiwi commercialisé après plusieurs semaines de stockage.

Kumquat; écorce confite**13617**

Oval kumquat

(Fortunella margarita (Lour.) S.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	90,0			
Energie	KJ/100g	382,0			
Eau	g/100g	75,1			
Protéines	g/100g	0,5			
Lipides totaux	g/100g	1,0			
Glucides disponibles	g/100g	21,0			
Fibre alimentaire	g/100g	3,0			
Fer	mg/100g	0,4			
Phosphore	mg/100g	14,0			
Eq. β carotène	μ g/100g	300,0			
Vitamine C	mg/100g	200,0			
Thiamine	mg/100g	0,09			
Riboflavine	mg/100g	0,04			
Niacine	mg/100g	0,5			

Kumquat; fruit épépiné**13549**

Oval kumquat; fruit

(Fortunella margarita (Lour.) S.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,96	0,92	1,0	5
Energie	Kcal/100g	47,0			
Energie	KJ/100g	200,0			
Eau	g/100g	82,7	77,0	86,7	14
Protéines	g/100g	1,1	0,3	1,7	10
Lipides totaux	g/100g	0,9	0,1	1,5	10
Glucides disponibles	g/100g	7,4	6,2	9,3	5
Fructose	g/100g	2,5	2,0	3,1	5
Glucose	g/100g	2,4	2,0	2,6	5
Saccharose	g/100g	2,5	1,1	3,6	5
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	4,2	3,7	4,9	6
Sodium	mg/100g	6,0	4,0	7,0	6
Potassium	mg/100g	160,0	111,0	277,0	9
Calcium	mg/100g	47,0	15,0	80,0	9
Magnésium	mg/100g	15,0	13,0	16,0	5
Fer	mg/100g	0,5	0,3	0,8	10
Cuivre	mg/100g	0,11			1
Zinc	mg/100g	0,1			5
Manganèse	mg/100g	0,1			1
Phosphore	mg/100g	39,0	12,0	65,0	6
Eq. β carotène	μ g/100g	138,0	25,0	400,0	12
Vitamine C	mg/100g	40,0	23,0	52,0	12
Thiamine	mg/100g	0,07	0,05	0,09	4
Riboflavine	mg/100g	0,07	0,06	0,1	4
Niacine	mg/100g	0,5	0,4	0,5	3
Ac. organiques totaux	mg/100g	3000,0			

Lime; pulpe**13067**

Lime; pulp

(Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,7	0,58	0,84	5
Energie	Kcal/100g	22,0			
Energie	KJ/100g	91,0			
Eau	g/100g	89,1	86,5	92,0	16
Protéines	g/100g	0,6	0,4	0,9	11
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	1,1	5
Glucides disponibles	g/100g	1,0	0,4	1,9	3
Fructose	g/100g	0,4	0,2	0,8	3
Glucose	g/100g	0,4	0,2	0,8	3
Saccharose	g/100g	0,2	0,0	0,3	3
Amidon	g/100g	0,0			1
Fibre brute	g/100g	0,6	0,2	0,9	9
Sodium	mg/100g	3,0	2,0	9,0	4
Potassium	mg/100g	144,0	82,0	179,0	4
Calcium	mg/100g	24,0	13,0	40,0	9
Magnésium	mg/100g	8,0	6,0	11,0	3
Fer	mg/100g	0,55	0,2	0,9	6
Cuivre	mg/100g	0,06	0,05	0,07	2
Zinc	mg/100g	0,1			2
Manganèse	mg/100g	0,01			1
Phosphore	mg/100g	22,0	11,0	30,0	6
Eq. β carotène	μ g/100g	11,0	6,0	12,0	7
Vitamine C	mg/100g	42,0	29,0	48,0	9
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,04	8
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,02	0,03	7
Niacine	mg/100g	0,2	0,1	0,3	7
Acide Panthoténique	mg/100g	0,2	0,1	0,2	
Vitamine B6	mg/100g	0,04			1
Folates totaux	μ g/100g	10,0	4,0	41,0	4
Ac. Malique	mg/100g	635,0			1
Ac. Citrique	mg/100g	4550,0			1

Lime; jus, frais**18030**

Lime; juice, fresh

(Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	29,0			
Energie	KJ/100g	124,0			
Eau	g/100g	90,3	90,0	92,0	19
Protéines	g/100g	0,5	0,4	0,5	18
Lipides totaux	g/100g	0,1			1
Glucides disponibles	g/100g	4,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1	0,0	0,1	2
Sodium	mg/100g	2,0	1,0	7,0	10
Potassium	mg/100g	119,0	104,0	174,0	10
Calcium	mg/100g	17,0	9,0	25,0	2
Magnésium	mg/100g	6,0	5,0	7,0	17
Fer	mg/100g	0,1	0,02	0,8	17
Cuivre	mg/100g	0,03	0,02	0,04	16
Zinc	mg/100g	0,08	0,06	0,1	2
Manganèse	mg/100g	0,01	0,01	0,01	16
Phosphore	mg/100g	8,0	6,0	15,0	17
Eq. β carotène	µg/100g	10,0	6,0	15,0	2
Vitamine C	mg/100g	30,0	19,0	40,0	191
Thiamine	mg/100g	0,03			2
Riboflavine	mg/100g	0,01			2
Niacine	mg/100g	0,1			2
Acide Panthoténique	mg/100g	0,14			1
Vitamine B6	mg/100g	0,04			1
Ac. Malique	mg/100g	560,0			
Ac. Citrique	mg/100g	4050,0			

Lime; jus, en conserve**18031**

Lime; juice, canned

(Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	24,0			
Energie	KJ/100g	99,0			
Eau	g/100g	92,5	92,3	92,7	3
Protéines	g/100g	0,25	0,2	0,3	3
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,2	0,3	3
Glucides disponibles	g/100g	3,2			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1			
Sodium	mg/100g	2,0			
Potassium	mg/100g	75,0	61,0	89,0	3
Calcium	mg/100g	12,0	11,0	13,0	3
Magnésium	mg/100g	7,0			3
Fer	mg/100g	0,23	0,21	0,25	3
Cuivre	mg/100g	0,03	0,02	0,04	3
Zinc	mg/100g	0,06	0,05	0,07	3
Manganèse	mg/100g	0,01			3
Phosphore	mg/100g	10,0	9,0	11,0	3
Eq. β carotène	μ g/100g	10,0	7,0	12,0	3
Vitamine C	mg/100g	6,0	2,0	11,0	3
Thiamine	mg/100g	0,03	0,03	0,04	3
Riboflavine	mg/100g	tr			3
Niacine	mg/100g	0,16	0,1	0,2	3
Acide Panthoténique	mg/100g	0,07	0,05	0,08	3
Vitamine B6	mg/100g	0,03	0,02	0,03	3
Folates totaux	μ g/100g	8,0	3,0	13,0	6
Ac. Malique	mg/100g	440,0			
Ac. Citrique	mg/100g	3130,0			

Litchi; pulpe**13023**

Litchi; pulp

(Litchi chinensis Sonn.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5	0,4	0,7	5
Energie	Kcal/100g	62,0			
Energie	KJ/100g	263,0			
Eau	g/100g	82,7	80,0	85,0	22
Protéines	g/100g	0,9	0,7	1,1	18
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,2	0,7	18
Glucides disponibles	g/100g	15,0			
Fructose	g/100g	2,7			
Glucose	g/100g	4,4			
Saccharose	g/100g	7,8			
Amidon	g/100g	0,1			
Fibre alimentaire	g/100g	1,3			
Sodium	mg/100g	1,0	0,7	1,3	4
Potassium	mg/100g	156,0	150,0	171,0	7
Calcium	mg/100g	5,0	2,0	8,0	16
Magnésium	mg/100g	8,0	7,0	11,0	4
Fer	mg/100g	0,4	0,2	0,5	14
Cuivre	mg/100g	0,14			2
Zinc	mg/100g	0,3	0,07	0,6	3
Manganèse	mg/100g	0,07	0,05	0,1	2
Phosphore	mg/100g	27,0	22,0	38,0	15
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			2
Vitamine C	mg/100g	60,0	15,0	90,0	18
Thiamine	mg/100g	0,03	0,0	0,05	6
Riboflavine	mg/100g	0,06	0,04	0,09	7
Niacine	mg/100g	0,52	0,3	0,9	7
Folates totaux	μ g/100g	70,0			3

Mandarine et Clémentine; pulpe**13024**Tangerine and Clementine; pulp
(*Citrus reticulata*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,72	0,65	0,76	13
Energie	Kcal/100g	44,0			
Energie	KJ/100g	186,0			
Eau	g/100g	86,9	80,0	88,3	60
Protéines	g/100g	0,7	0,5	0,9	38
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,4	21
Glucides disponibles	g/100g	10,4	8,0	14,2	4
Fructose	g/100g	1,7	1,3	2,4	4
Glucose	g/100g	1,7	1,4	2,4	4
Saccharose	g/100g	6,9	5,1	9,4	4
Fibre alimentaire	g/100g	1,4	0,9	1,9	5
Sodium	mg/100g	3,0	1,0	6,0	40
Potassium	mg/100g	145,0	103,0	250,0	30
Calcium	mg/100g	33,0	14,0	108,0	31
Magnésium	mg/100g	11,0	8,0	14,0	33
Fer	mg/100g	0,35	0,1	1,1	43
Cuivre	mg/100g	0,03	0,01	0,09	32
Zinc	mg/100g	0,1	0,08	0,11	16
Manganèse	mg/100g	0,04	tr	0,06	21
Phosphore	mg/100g	15,0	9,0	30,0	47
Fluor	µg/100g	10,0			1
Iode	µg/100g	0,4	0,0	1,0	8
Eq. β carotène	µg/100g	334,0	75,0	757,0	25
Vitamine E	mg/100g	0,55			1
Vitamine C	mg/100g	41,0	20,0	62,0	24
Thiamine	mg/100g	0,08	0,02	0,16	23
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,02	0,15	23
Niacine	mg/100g	0,3	0,16	0,5	21
Acide Panthoténique	mg/100g	0,2			2
Vitamine B6	mg/100g	0,04	0,02	0,07	4
Folates totaux	µg/100g	26,0	15,0	33,0	26
Biotine	µg/100g	0,6	0,45	0,8	2

Mandarine; jus, frais**18034**Tangerine; juice, fresh
(*Citrus reticulata* Swingle)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	43,0			
Energie	KJ/100g	182,0			
Eau	g/100g	89,0	88,9	89,2	2
Protéines	g/100g	0,7	0,5	0,9	2
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,2	0,3	2
Glucides disponibles	g/100g	9,8			
Fructose	g/100g	3,0			2
Glucose	g/100g	1,5			2
Saccharose	g/100g	5,3			2
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,1			1
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	178,0			1
Calcium	mg/100g	18,0	18,0	19,0	2
Magnésium	mg/100g	8,0			1
Fer	mg/100g	0,2			2
Cuivre	mg/100g	0,02			1
Zinc	mg/100g	0,03			1
Manganèse	mg/100g	0,04			1
Phosphore	mg/100g	15,0	14,0	16,0	2
Eq. β carotène	μ g/100g	250,0			
Vitamine C	mg/100g	29,0	11,0	45,0	19
Thiamine	mg/100g	0,07	0,06	0,07	2
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	2
Niacine	mg/100g	0,2	0,1	0,2	2
Ac. Citrique	mg/100g	560,0	360,0	760,0	

Mangoustan du Malabar; pulpe

13069

Mangosteen; pulp

(Garcinia mangostana L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,23			2
Energie	Kcal/100g	65,0			
Energie	KJ/100g	277,0			
Eau	g/100g	81,4			4
Protéines	g/100g	0,5			3
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	16,3			
Fibre alimentaire	g/100g	1,4			1
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	135,0			2
Calcium	mg/100g	11,0			2
Fer	mg/100g	0,7			2
Phosphore	mg/100g	14,0			2
Eq. β carotène	µg/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	5,0	4,0	7,0	2
Thiamine	mg/100g	0,03			1
Riboflavine	mg/100g	0,02			1
Niacine	mg/100g	0,6			1

Mangue; pulpe**13025**

Mango; pulp

(Mangifera indica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,64	0,6	0,77	17
Energie	Kcal/100g	58,0			
Energie	KJ/100g	246,0			
Eau	g/100g	83,0	74,6	87,0	70
Protéines	g/100g	0,6	0,3	1,0	69
Lipides totaux	g/100g	0,2	tr	0,7	69
Glucides disponibles	g/100g	14,3			
Fibre alimentaire	g/100g	1,9	1,6	2,6	11
Sodium	mg/100g	2,0	1,0	7,0	33
Potassium	mg/100g	150,0	139,0	215,0	34
Calcium	mg/100g	20,0	8,0	33,0	61
Magnésium	mg/100g	9,0	7,0	18,0	29
Fer	mg/100g	1,2	0,4	2,8	46
Cuivre	mg/100g	0,1	0,1	0,12	19
Zinc	mg/100g	0,11	0,04	0,3	7
Phosphore	mg/100g	22,0	9,0	34,0	46
Eq. β carotène	µg/100g	3130,0	355,0	12950,0	53
Vitamine E	mg/100g	1,8			2
Vitamine C	mg/100g	44,0	22,0	110,0	37
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,04	29
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,04	0,06	30
Niacine	mg/100g	0,4	0,3	1,3	29
Acide Panthoténique	mg/100g	0,16			1
Vitamine B6	mg/100g	0,08	0,03	0,13	2
Folates totaux	µg/100g	51,0	7,0	129,0	7
Isoleucine	mg/gN	217,0			3
Leucine	mg/gN	356,0			3
Lysine	mg/gN	526,0			18
Méthionine	mg/gN	61,0			18
Cystine	mg/gN	36,0			1
Phénylalanine	mg/gN	267,0			3
Tyrosine	mg/gN	138,0			3
Thréonine	mg/gN	233,0			3
Tryptophane	mg/gN	102,0			16
Valine	mg/gN	306,0			3
Arginine	mg/gN	273,0			3
Histidine	mg/gN	140,0			3
Alanine	mg/gN	613,0			3
Acide Aspartique	mg/gN	486,0			3
Acide Glutamique	mg/gN	726,0			3
Glycocolle	mg/gN	237,0			3
Proline	mg/gN	217,0			3
Sérine	mg/gN	289,0			3
Isoleucine	mg/100g	21,0			
Leucine	mg/100g	34,0			
Lysine	mg/100g	50,0			
Méthionine	mg/100g	6,0			
Cystine	mg/100g	3,0			

Mangue; pulpe
Mango; pulp
(*Mangifera indica* L.)

13025

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Phénylalanine	mg/100g	26,0			
Tyrosine	mg/100g	13,0			
Thréonine	mg/100g	22,0			
Tryptophane	mg/100g	10,0			
Valine	mg/100g	29,0			
Arginine	mg/100g	26,0			
Histidine	mg/100g	13,0			
Alanine	mg/100g	59,0			
Acide Aspartique	mg/100g	47,0			
Acide Glutamique	mg/100g	70,0			
Glycocolle	mg/100g	23,0			
Proline	mg/100g	21,0			
Sérine	mg/100g	28,0			

Mangue; jus, en conserve**18023**Mango; juice, canned
(*Mangifera indica* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	55,0			
Energie	KJ/100g	234,0			
Eau	g/100g	85,5	83,3	87,8	2
Protéines	g/100g	0,2	0,1	0,3	2
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,2	0,4	2
Glucides disponibles	g/100g	13,7			
Fibre brute	g/100g	0,2	0,1	0,2	2
Sodium	mg/100g	11,0			1
Potassium	mg/100g	21,0			1
Calcium	mg/100g	2,0	2,0	2,0	2
Fer	mg/100g	2,6	1,5	3,7	2
Phosphore	mg/100g	25,0	6,0	44,0	2
Eq. β carotène	μ g/100g	248,0			2
Vitamine C	mg/100g	30,0			1
Thiamine	mg/100g	tr	tr	0,01	2
Riboflavine	mg/100g	0,01	tr	0,03	2
Niacine	mg/100g	0,6	0,2	0,9	2

Mangue; immature, pulpe**13607**Mango; immature, pulp
(*Mangifera indica* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,54			4
Energie	Kcal/100g	52,0			
Energie	KJ/100g	220,0			
Eau	g/100g	84,2			4
Protéines	g/100g	0,5			4
Lipides totaux	g/100g	0,1			4
Glucides disponibles	g/100g	13,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,9			
Sodium	mg/100g	3,0			1
Potassium	mg/100g	170,0	125,0	215,0	2
Calcium	mg/100g	16,0	10,0	17,0	8
Phosphore	mg/100g	11,0	8,0	15,0	9
Eq. β carotène	μ g/100g	465,0	60,0	1020,0	10
Vitamine C	mg/100g	111,0	62,0	128,0	8
Thiamine	mg/100g	0,02			4
Riboflavine	mg/100g	0,03			4
Niacine	mg/100g	0,2			4
Vitamine B6	mg/100g	0,1			1
Folates totaux	μ g/100g	8,0	7,0	8,0	3

Mangue; immature, pulpe et peau**13608**

Mango; immature, pulp and skin

(Mangifera indica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,56			
Energie	Kcal/100g	44,0			
Energie	KJ/100g	186,0			
Eau	g/100g	86,2			3
Protéines	g/100g	1,0			3
Lipides totaux	g/100g	0,1			3
Glucides disponibles	g/100g	10,3			
Fibre alimentaire	g/100g	1,9			
Calcium	mg/100g	57,0			3
Fer	mg/100g	1,3			3
Phosphore	mg/100g	35,0			3
Eq. β carotène	μ g/100g	1000,0			3
Vitamine C	mg/100g	270,0			3
Thiamine	mg/100g	0,03			3
Riboflavine	mg/100g	0,06			3
Niacine	mg/100g	0,3			3

Mûre (non spécifiée)**13070**Mulberry
(*Morus spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,99	0,97	1,0	5
Energie	Kcal/100g	57,0			
Energie	KJ/100g	241,0			
Eau	g/100g	84,0	76,5	88,4	7
Protéines	g/100g	1,2	1,0	1,44	8
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,3	0,7	8
Glucides disponibles	g/100g	12,6			
Fibre brute	g/100g	1,0	0,6	3,0	8
Sodium	mg/100g	18,0	2,0	30,0	3
Potassium	mg/100g	214,0	123,0	257,0	3
Calcium	mg/100g	40,0	24,0	42,0	6
Magnésium	mg/100g	18,0	15,0	22,0	2
Fer	mg/100g	2,2	1,5	3,0	8
Cuivre	mg/100g	0,05			1
Phosphore	mg/100g	35,0	26,0	38,0	6
Eq. β carotène	µg/100g	16,0	0,0	48,0	5
Vitamine C	mg/100g	30,0	5,0	61,0	8
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,05	5
Riboflavine	mg/100g	0,09	0,06	0,12	5
Niacine	mg/100g	0,66	0,2	0,9	4

Mûre noire**13071**Black mulberry
(*Morus nigra* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,99			2
Energie	Kcal/100g	54,0			
Energie	KJ/100g	229,0			
Eau	g/100g	84,6	80,8	87,9	4
Protéines	g/100g	1,3	1,0	1,4	5
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,3	0,7	5
Glucides disponibles	g/100g	11,8			
Fibre brute	g/100g	1,2	0,7	3,0	5
Sodium	mg/100g	17,0	2,0	30,0	3
Potassium	mg/100g	206,0	123,0	257,0	3
Calcium	mg/100g	36,0	24,0	42,0	5
Magnésium	mg/100g	17,0	13,0	22,0	2
Fer	mg/100g	2,3	1,6	3,0	5
Cuivre	mg/100g	0,05			1
Zinc	mg/100g	0,2			1
Phosphore	mg/100g	32,0	26,0	38,0	5
Eq. β carotène	μ g/100g	13,0	0,0	19,0	3
Vitamine C	mg/100g	32,0	12,0	39,0	4
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,04	3
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,08	0,12	2
Niacine	mg/100g	0,7	0,6	0,8	2

Nèfle; pulpe**13031**

Medlar; pulp

(Mespilus germanica L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,68	0,62	0,81	3
Energie	Kcal/100g	37,0			
Energie	KJ/100g	156,0			
Eau	g/100g	78,1	74,5	85,0	3
Protéines	g/100g	0,4	0,4	0,5	3
Lipides totaux	g/100g	0,1			3
Glucides disponibles	g/100g	9,1			1
Amidon	g/100g	0,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	7,9			1
Sodium	mg/100g	6,0			1
Potassium	mg/100g	246,0			1
Calcium	mg/100g	31,0	26,0	36,0	2
Magnésium	mg/100g	10,0			1
Fer	mg/100g	0,73	0,5	1,2	3
Cuivre	mg/100g	0,17			1
Zinc	mg/100g	0,18			1
Phosphore	mg/100g	28,0			1
Eq. β carotène	µg/100g	10,0			1
Vitamine C	mg/100g	2,0*			1
Thiamine	mg/100g	0,05			1
Riboflavine	mg/100g	0,03			1
Niacine	mg/100g	0,18			1
Folates totaux	µg/100g	23,0			1

* Très riche en tannins, la nèfle est fortement astringente. Elle ne devient consommable qu'après bletissement (excès de maturité), d'où sa faible teneur en vitamine C.

Nèfle du Japon; pulpe**13564**

Loquat; pulp

(Eriobotrya japonica (Thunb.) Lindl.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,63	0,6	0,65	5
Energie	Kcal/100g	32,0			
Energie	KJ/100g	136,0			
Eau	g/100g	87,0	84,0	91,0	18
Protéines	g/100g	0,7	0,3	1,0	6
Lipides totaux	g/100g	0,2			6
Glucides disponibles	g/100g	7,3			
Fructose	g/100g	3,6			2
Glucose	g/100g	3,0			2
Saccharose	g/100g	0,7			1
Amidon	g/100g	0,0			2
Fibre alimentaire	g/100g	2,4			
Sodium	mg/100g	3,0	1,0	8,0	6
Potassium	mg/100g	249,0	180,0	315,0	8
Calcium	mg/100g	20,0	6,0	29,0	9
Magnésium	mg/100g	11,0	7,0	15,0	5
Fer	mg/100g	0,5	0,1	0,9	8
Cuivre	mg/100g	0,04			2
Zinc	mg/100g	0,27	0,05	0,4	3
Manganèse	mg/100g	0,14			1
Phosphore	mg/100g	23,0	17,0	27,0	7
Eq. β carotène	µg/100g	960,0	400,0	1580,0	10
Vitamine C	mg/100g	4,0	1,0	4,0	5
Thiamine	mg/100g	0,02	0,01	0,02	4
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,04	4
Niacine	mg/100g	0,25	0,18	0,3	4

Noix de coco; amande mûre, pulpe fraîche**15006**Coconut; mature kernel, fresh
(*Cocos nucifera* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,7*			
Energie	Kcal/100g	353,0			
Energie	KJ/100g	1456,0			
Eau	g/100g	45,0	38,0	50,6	27
Protéines	g/100g	3,4	2,6	4,9	24
Lipides totaux	g/100g	35,1	27,0	40,0	24
Glucides disponibles	g/100g	6,2			
Fibre alimentaire	g/100g	9,5	7,3	12,2	3
Sodium	mg/100g	22,0	17,0	42,0	5
Potassium	mg/100g	377,0	329,0	440,0	6
Calcium	mg/100g	18,0	8,0	28,0	20
Magnésium	mg/100g	36,0	26,0	41,0	5
Fer	mg/100g	2,3	1,6	2,9	19
Cuivre	mg/100g	0,42	0,3	0,56	4
Zinc	mg/100g	0,9	0,5	1,6	6
Manganèse	mg/100g	1,3	1,0	1,5	4
Phosphore	mg/100g	104,0	68,0	140,0	21
Iode	µg/100g	1,2			1
Eq. β carotène	µg/100g	24,0	24,0	24,0	2
Vitamine E	mg/100g	0,73			1
Vitamine C	mg/100g	2,5	1,0	5,0	9
Thiamine	mg/100g	0,05	0,03	0,1	10
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,04	6
Niacine	mg/100g	0,5	0,2	0,6	7
Acide Panthoténique	mg/100g	0,3	0,2	0,3	3
Vitamine B6	mg/100g	0,06	0,02	0,07	6
Folates totaux	µg/100g	26,0	18,0	35,0	4
Ac. gras saturés	%AGtot	91,3			
Ac. gras monoinsat	%AGtot	7,0			
Ac. gras polyinsat	%AGtot	1,7			
Ac. Caproïque	%AGtot	0,6			
Ac. Caprylique	%AGtot	8,1			
Ac. Caprique	%AGtot	6,0			
Ac. Laurique	%AGtot	46,1			
Ac. Myristique	%AGtot	18,5			
Ac. Palmique	%AGtot	9,2			
Ac. Stéarique	%AGtot	2,8			
Ac. Oléique	%AGtot	7,0			
Ac. Linoléique	%AGtot	1,7			
Ac. gras saturés	g/100g	30,2			
Ac. gras monoinsat	g/100g	2,3			
Ac. gras polyinsat	g/100g	1,7			
Ac. Caproïque	g/100g	0,2			
Ac. Caprylique	g/100g	2,7			
Ac. Caprique	g/100g	2,0			
Ac. Laurique	g/100g	15,2			
Ac. Myristique	g/100g	6,1			

Noix de coco; amande mûre, pulpe fraîche**15006**

Coconut; mature kernel, fresh

(Cocos nucifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Ac. Palmique	g/100g	3.0			
Ac. Stéarique	g/100g	0.9			
Ac. Oléique	g/100g	2.3			
Ac. Linoléique	g/100g	0.6			

* Par rapport à la noix sans coque mais avec eau; alors que par rapport à la noix avec coque, peau et eau de coco, la proportion comestible s'abaisse à 0,5.

Noix de coco; amande, pulpe sèche**15007**

Coconut; kernel, dry

(Cocos nucifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	593,0			
Energie	KJ/100g	2450,0			
Eau	g/100g	5,0	2,3	14,3	7
Protéines	g/100g	6,2	4,8	8,3	6
Lipides totaux	g/100g	58,0	46,6	64,5	7
Glucides disponibles	g/100g	12,4			
Fibre alimentaire	g/100g	17,0	13,3	20,7	2
Sodium	mg/100g	32,0	28,0	37,0	3
Potassium	mg/100g	600,0	543,0	660,0	3
Calcium	mg/100g	28,0	23,0	40,0	3
Magnésium	mg/100g	74,0	62,0	86,0	2
Fer	mg/100g	3,4	3,0	3,6	4
Cuivre	mg/100g	0,8	0,5	0,9	3
Zinc	mg/100g	1,5	0,9	2,1	3
Manganèse	mg/100g	2,4	1,8	2,7	3
Phosphore	mg/100g	190,0	150,0	206,0	4
Eq. β carotène	µg/100g	0,0			1
Vitamine E	mg/100g	1,2			1
Vitamine C	mg/100g	1,0	0,0	2,0	2
Thiamine	mg/100g	0,08	0,03	0,11	3
Riboflavine	mg/100g	0,08	0,05	0,1	3
Niacine	mg/100g	0,9	0,6	1,1	3
Acide Panthoténique	mg/100g	0,63	0,48	0,78	2
Folates totaux	µg/100g	9,0			1
Ac. gras saturés	%AGtot	91,3			
Ac. gras monoinsat	%AGtot	7,0			
Ac. gras polyinsat	%AGtot	1,7			
Ac. Caproïque	%AGtot	0,6			
Ac. Caprylique	%AGtot	8,1			
Ac. Caprique	%AGtot	6,0			
Ac. Laurique	%AGtot	46,1			
Ac. Myristique	%AGtot	18,5			
Ac. Palmique	%AGtot	9,2			
Ac. Stéarique	%AGtot	2,8			
Ac. Oléique	%AGtot	7,0			
Ac. Linoléique	%AGtot	1,7			
Ac. gras saturés	g/100g	49,9			
Ac. gras monoinsat	g/100g	3,8			
Ac. gras polyinsat	g/100g	0,9			
Ac. Caproïque	g/100g	0,3			
Ac. Caprylique	g/100g	4,4			
Ac. Caprique	g/100g	3,3			
Ac. Laurique	g/100g	25,2			
Ac. Myristique	g/100g	10,1			
Ac. Palmique	g/100g	5,0			
Ac. Stéarique	g/100g	1,5			
Ac. Oléique	g/100g	3,8			
Ac. Linoléique	g/100g	0,9			

Noix de coco; amande immature, pulpe fraîche**15014**

Coconut; immature kernel, fresh

(Cocos nucifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,3			1
Energie	Kcal/100g	136,0			
Energie	KJ/100g	567,0			
Eau	g/100g	75,0	68,0	82,0	2
Protéines	g/100g	1,5	1,1	2,0	2
Lipides totaux	g/100g	10,3	3,2	17,4	2
Glucides disponibles	g/100g	10,0			
Fibre brute	g/100g	2,9			1
Sodium	mg/100g	7,0			1
Potassium	mg/100g	190,0			1
Calcium	mg/100g	23,0	18,0	29,0	2
Fer	mg/100g	1,5	1,1	1,8	2
Phosphore	mg/100g	126,0	92,0	160,0	2
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	6,0			1
Thiamine	mg/100g	0,07	0,05	0,08	2
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,04	0,06	2
Niacine	mg/100g	0,5	0,4	0,6	2
Vitamine B6	mg/100g	0,02			1
Folates totaux	μ g/100g	11,0			1
Ac. gras saturés	%AGtot	91,3			
Ac. gras monoinsat	%AGtot	7,0			
Ac. gras polyinsat	%AGtot	1,7			
Ac. Caproïque	%AGtot	0,6			
Ac. Caprylique	%AGtot	8,1			
Ac. Caprique	%AGtot	6,0			
Ac. Laurique	%AGtot	46,1			
Ac. Myristique	%AGtot	18,5			
Ac. Palmique	%AGtot	9,2			
Ac. Stéarique	%AGtot	2,8			
Ac. Oléique	%AGtot	7,0			
Ac. Linoléique	%AGtot	1,7			
Ac. gras saturés	g/100g	8,9			
Ac. gras monoinsat	g/100g	0,7			
Ac. gras polyinsat	g/100g	0,2			
Ac. Caproïque	g/100g	0,1			
Ac. Caprylique	g/100g	0,8			
Ac. Caprique	g/100g	0,6			
Ac. Laurique	g/100g	4,5			
Ac. Myristique	g/100g	1,8			
Ac. Palmique	g/100g	0,9			
Ac. Stéarique	g/100g	0,3			
Ac. Oléique	g/100g	0,7			
Ac. Linoléique	g/100g	0,2			

Noix de coco; eau***18011**

Coconut; water*

(Cocos nucifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			4
Energie	Kcal/100g	23,0			
Energie	KJ/100g	96,0			
Eau	g/100g	94,0	92,2	95,5	6
Protéines	g/100g	0,3	0,25	0,7	5
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,4	5
Glucides disponibles	g/100g	5,0			
Fibre alimentaire	g/100g	tr	tr	0,02	3
Sodium	mg/100g	77,0	15,0	110,0	4
Potassium	mg/100g	280,0	251,0	312,0	2
Calcium	mg/100g	24,0	18,0	30,0	4
Magnésium	mg/100g	23,0	17,0	30,0	3
Fer	mg/100g	0,1			1
Cuivre	mg/100g	0,04			1
Zinc	mg/100g	0,1	0,1	0,1	2
Phosphore	mg/100g	25,0	11,0	37,0	5
Eq. β carotène	µg/100g	0,0			1
Vitamine E	mg/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	2,0	1,0	4,0	6
Thiamine	mg/100g	0,03	tr	0,04	7
Riboflavine	mg/100g	0,07	tr	0,19	7
Niacine	mg/100g	0,1	tr	0,2	5
Acide Panthoténique	mg/100g	0,05			1
Vitamine B6	mg/100g	0,03	0,03	0,03	3

* Partie liquide de la noix de coco mûre. Drained fluid from fresh coconut.

Noix de coco, lait***18041**Coconut milk*
(*Cocos nucifera* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	211,0			
Energie	KJ/100g	869,0			
Eau	g/100g	72,9	55,5	90,2	3
Protéines	g/100g	2,0	0,5	3,5	3
Lipides totaux	g/100g	21,3			3
Glucides disponibles	g/100g	2,9			
Sodium	mg/100g	13,0			1
Potassium	mg/100g	220,0			1
Calcium	mg/100g	18,0			1
Magnésium	mg/100g	46,0			1
Fer	mg/100g	3,3			1
Cuivre	mg/100g	0,2			1
Zinc	mg/100g	0,6			1
Manganèse	mg/100g	0,8			1
Phosphore	mg/100g	96,0			1
Vitamine C	mg/100g	1,0			1
Ac. gras saturés	%AGtot	91,3			
Ac. gras monoinsat	%AGtot	7,0			
Ac. gras polyinsat	%AGtot	1,7			
Ac. Caproïque	%AGtot	0,6			
Ac. Caprylique	%AGtot	8,1			
Ac. Caprique	%AGtot	6,0			
Ac. Laurique	%AGtot	46,1			
Ac. Myristique	%AGtot	18,5			
Ac. Palmique	%AGtot	9,2			
Ac. Stéarique	%AGtot	2,8			
Ac. Oléique	%AGtot	7,0			
Ac. Linoléique	%AGtot	1,7			
Ac. gras saturés	g/100g	18,3			
Ac. gras monoinsat	g/100g	1,4			
Ac. gras polyinsat	g/100g	0,3			
Ac. Caproïque	g/100g	0,1			
Ac. Caprylique	g/100g	1,6			
Ac. Caprique	g/100g	1,2			
Ac. Laurique	g/100g	9,2			
Ac. Myristique	g/100g	3,7			
Ac. Palmique	g/100g	1,8			
Ac. Stéarique	g/100g	2,8			
Ac. Oléique	g/100g	1,4			
Ac. Linoléique	g/100g	0,3			

* Liquide exprimé à partir de la noix de coco rapée et pressée. Liquid from grated coconut kernel.

Orange; pulpe**13034**Orange, sweet; pulp
(*Citrus sinensis* (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,72	0,59	0,8	8
Energie	Kcal/100g	42,0			
Energie	KJ/100g	178,0			
Eau	g/100g	86,6	78,0	90,0	104
Protéines	g/100g	1,0	0,7	1,7	75
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,4	9
Glucides disponibles	g/100g	8,8			
Fructose	g/100g	2,5	2,4	3,3	3
Glucose	g/100g	2,3	1,8	2,4	3
Saccharose	g/100g	4,0	3,4	4,4	3
Amidon	g/100g	0,0	0,0	0,16	3
Fibre alimentaire	g/100g	1,8	1,1	2,7	13
Sodium	mg/100g	tr	0,0	5,0	104
Potassium	mg/100g	179,0	138,0	206,0	211
Calcium	mg/100g	40,0	28,0	58,0	31
Magnésium	mg/100g	10,0	9,6	18,0	243
Fer	mg/100g	0,12	0,07	0,5	96
Cuivre	mg/100g	0,05	0,03	0,1	95
Zinc	mg/100g	0,07	0,03	0,17	34
Manganèse	mg/100g	0,03	tr	0,04	95
Phosphore	mg/100g	16,0	13,0	28,0	98
Fluor	µg/100g	5,0	2,0	7,0	
Iode	µg/100g	1,0	0,0	4,0	30
Eq. β carotène	µg/100g	120,0*	28,0	130,0	151
Vitamine E	mg/100g	0,24			2
Vitamine C	mg/100g	53,0	39,0	83,0	151
Thiamine	mg/100g	0,09	0,07	0,11	151
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,02	0,07	6
Niacine	mg/100g	0,28	0,2	0,5	148
Acide Panthoténique	mg/100g	0,3	0,2	0,37	6
Vitamine B6	mg/100g	0,06	0,03	0,12	103
Folates totaux	µg/100g	30,0	13,0	42,0	161
Biotine	µg/100g	1,6	1,0	2,6	4
Isoleucine	mg/gN	171,0			
Leucine	mg/gN	158,0			
Lysine	mg/gN	319,0			
Méthionine	mg/gN	120,0			
Cystine	mg/gN	69,0			
Phénylalanine	mg/gN	215,0			
Tyrosine	mg/gN	115,0			
Thréonine	mg/gN	98,0			
Tryptophane	mg/gN	55,0			
Valine	mg/gN	257,0			
Arginine	mg/gN	421,0			
Histidine	mg/gN	111,0			
Alanine	mg/gN	351,0			
Acide Aspartique	mg/gN	799,0			
Acide Glutamique	mg/gN	671,0			
Glycocolle	mg/gN	629,0			

Orange; pulpe**13034**Orange, sweet; pulp
(*Citrus sinensis* (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proline	mg/gN	320,0			
Sérine	mg/gN	202,0			
Isoleucine	mg/100g	27,0	27,0	29,0	3
Leucine	mg/100g	25,0	25,0	27,0	3
Lysine	mg/100g	51,0	50,0	53,0	3
Méthionine	mg/100g	19,0	15,0	21,0	3
Cystine	mg/100g	11,0	11,0	12,0	3
Phénylalanine	mg/100g	34,0	33,0	37,0	3
Tyrosine	mg/100g	18,0	17,0	21,0	3
Thréonine	mg/100g	16,0	15,0	16,0	3
Tryptophane	mg/100g	9,0	7,0	10,0	3
Valine	mg/100g	41,0	38,0	43,0	3
Arginine	mg/100g	67,0	64,0	69,0	3
Histidine	mg/100g	18,0	15,0	19,0	3
Alanine	mg/100g	56,0	53,0	62,0	3
Acide Aspartique	mg/100g	128,0	121,0	141,0	3
Acide Glutamique	mg/100g	107,0	100,0	122,0	3
Glycocolle	mg/100g	101,0	100,0	102,0	3
Proline	mg/100g	51,0	49,0	56,0	3
Sérine	mg/100g	32,0	29,0	34,0	3
Ac. Malique	mg/100g	180,0	130,0	200,0	
Ac. Citrique	mg/100g	1030,0	930,0	1310,0	
Tryptamine	mg/100g	0,1			
Tyramine	mg/100g	1,0			2

* La teneur des oranges sanguines en équivalent de β -carotène atteint 130 à 180 μ g (moyenne=155 μ g) pour 100g de pulpe.

Orange; jus, frais, non sucré**18013**Orange, sweet; juice, fresh, unsweetened
(*Citrus sinensis* (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,51	0,48	0,54	2
Energie	Kcal/100g	39,0			
Energie	KJ/100g	165,0			
Eau	g/100g	89,3	86,7	89,6	19
Protéines	g/100g	0,7	0,5	1,0	19
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,08	0,22	16
Glucides disponibles	g/100g	8,3			
Fructose	g/100g	2,5	1,9	3,6	6
Glucose	g/100g	2,2	1,7	3,4	6
Saccharose	g/100g	3,6	1,6	5,0	6
Amidon	g/100g	0,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	0,1	0,0	0,1	7
Sodium	mg/100g	1,0	0,5	2,0	3
Potassium	mg/100g	182,0	166,0	200,0	3
Calcium	mg/100g	17,0	5,0	35,0	7
Magnésium	mg/100g	11,0	10,0	12,0	3
Fer	mg/100g	0,4	0,2	0,5	7
Cuivre	mg/100g	0,06	tr	0,08	3
Zinc	mg/100g	0,04	tr	0,06	4
Phosphore	mg/100g	16,0	14,0	22,0	7
Fluor	µg/100g	1,0	0,0	36,0	
Iode	µg/100g	1,0			1
Eq. β carotène	µg/100g	70,0	20,0	120,0	
Vitamine E	mg/100g	0,2			2
Vitamine C	mg/100g	44,0	15,0	77,0	65
Thiamine	mg/100g	0,09	0,08	0,12	4
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	5
Niacine	mg/100g	0,28	0,2	0,4	5
Acide Panthoténique	mg/100g	0,22	0,19	0,25	3
Vitamine B6	mg/100g	0,05	0,02	0,08	4
Folates totaux	µg/100g	37,0	22,0	66,0	3
Biotine	µg/100g	1,4	0,8	2,0	
Ac. Malique	mg/100g	185,0	130,0	200,0	
Ac. Citrique	mg/100g	1045,0	960,0	1350,0	

Orange; jus, en conserve**18012**Orange, sweet; juice, canned
(*Citrus sinensis* (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	40,0			
Energie	KJ/100g	170,0			
Eau	g/100g	88,8	85,7	89,2	164
Protéines	g/100g	0,7	0,5	1,0	163
Lipides totaux	g/100g	0,15	0,1	0,2	149
Glucides disponibles	g/100g	8,8			
Fructose	g/100g	2,7	2,6	2,9	2
Glucose	g/100g	2,6	2,5	2,8	2
Saccharose	g/100g	3,5	3,0	4,0	2
Amidon	g/100g	0,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	0,1			3
Sodium	mg/100g	4,0	0,0	10,0	157
Potassium	mg/100g	120,0	44,0	223,0	161
Calcium	mg/100g	10,0	7,0	25,0	118
Magnésium	mg/100g	9,0	7,0	16,0	117
Fer	mg/100g	0,24	0,11	0,8	116
Cuivre	mg/100g	0,04	0,02	0,09	56
Zinc	mg/100g	0,05	0,01	0,2	56
Manganèse	mg/100g	0,03	0,01	0,03	29
Phosphore	mg/100g	14,0	10,0	19,0	118
Iode	µg/100g	1,0	0,0	3,0	29
Eq. β carotène	µg/100g	45,0	10,0	120,0	88
Vitamine E	mg/100g	0,17			
Vitamine C	mg/100g	39,0*	32,0	53,0	166
Thiamine	mg/100g	0,07	0,06	0,11	89
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,03	89
Niacine	mg/100g	0,24	0,2	0,34	89
Acide Panthoténique	mg/100g	0,13	0,13	0,17	63
Vitamine B6	mg/100g	0,07	0,02	0,09	63
Folates totaux	µg/100g	20,0	20,0	40,0	62
Biotine	µg/100g	1,0	0,8	1,0	61
Ac. Malique	mg/100g	160,0			
Ac. Citrique	mg/100g	1000,0			

* La teneur en vitamine C varie selon le conditionnement et la durée du stockage.

Pamplemousse vrai; pulpe**13614**

Pummelo; pulp

(Citrus grandis (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,6	0,56	0,64	3
Energie	Kcal/100g	31,0			
Energie	KJ/100g	131,0			
Eau	g/100g	90,4	87,6	94,1	6
Protéines	g/100g	0,6	0,5	0,76	3
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,04	0,2	3
Glucides disponibles	g/100g	7,3			
Fructose	g/100g	2,3			
Glucose	g/100g	2,1			
Saccharose	g/100g	2,4			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,8			1
Sodium	mg/100g	1,0	0,3	1,7	4
Potassium	mg/100g	220,0	166,0	266,0	4
Calcium	mg/100g	17,0	4,0	30,0	5
Magnésium	mg/100g	6,0	4,0	8,0	4
Fer	mg/100g	0,2	0,1	0,3	4
Cuivre	mg/100g	0,05	0,0	0,05	3
Zinc	mg/100g	0,1			3
Manganèse	mg/100g	0,02			2
Phosphore	mg/100g	20,0	16,0	25,0	5
Eq. β carotène	µg/100g	23,0			1
Vitamine C	mg/100g	57,0	30,0	68,0	16
Thiamine	mg/100g	0,05	0,03	0,07	3
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	3
Niacine	mg/100g	0,2			1
Vitamine B6	mg/100g	0,04			1

Papaye; pulpe**13035**Papaya; pulp
(*Carica papaya L.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,74	0,67	0,8	33
Energie	Kcal/100g	32,0			
Energie	KJ/100g	137,0			
Eau	g/100g	89,4	83,0	92,0	93
Protéines	g/100g	0,5	0,3	0,8	82
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,3	61
Glucides disponibles	g/100g	7,8			
Fructose	g/100g	2,5			
Glucose	g/100g	2,5			
Saccharose	g/100g	2,8			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,9	1,7	2,5	12
Sodium	mg/100g	3,0	2,0	7,0	24
Potassium	mg/100g	214,0	140,0	312,0	23
Calcium	mg/100g	20,0	8,0	42,0	58
Magnésium	mg/100g	13,0	6,0	41,0	29
Fer	mg/100g	0,4	0,1	2,5	70
Cuivre	mg/100g	0,02	0,01	0,1	20
Zinc	mg/100g	0,1	0,05	0,3	9
Phosphore	mg/100g	11,0	4,0	30,0	66
Eq. β carotène	µg/100g	948,0	117,0	1544,0	38
Vitamine C	mg/100g	64,0	22,0	130,0	31
Thiamine	mg/100g	0,03	0,02	0,06	39
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,05	41
Niacine	mg/100g	0,4	0,2	0,6	35
Acide Panthoténique	mg/100g	0,22	0,22	0,22	2
Vitamine B6	mg/100g	0,02	0,02	0,03	3
Folates totaux	µg/100g	45,0	38,0	63,0	5
Isoleucine	mg/gN	82,0			1
Leucine	mg/gN	164,0			1
Lysine	mg/gN	400,0			1
Méthionine	mg/gN	25,0			1
Phénylalanine	mg/gN	92,0			1
Tyrosine	mg/gN	51,0			1
Thréonine	mg/gN	113,0			1
Tryptophane	mg/gN	125,0			1
Valine	mg/gN	102,0			1
Arginine	mg/gN	102,0			1
Histidine	mg/gN	51,0			1
Alanine	mg/gN	143,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	502,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	338,0			1
Glycocolle	mg/gN	184,0			1
Proline	mg/gN	102,0			1
Sérine	mg/gN	154,0			1
Isoleucine	mg/100g	6,0			
Leucine	mg/100g	12,0			
Lysine	mg/100g	30,0			

Papaye; pulpe**13035**

Papaya; pulp

(Carica papaya L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Méthionine	mg/100g	2,0			
Phénylalanine	mg/100g	7,0			
Tyrosine	mg/100g	4,0			
Thréonine	mg/100g	8,0			
Tryptophane	mg/100g	9,0			
Valine	mg/100g	8,0			
Arginine	mg/100g	8,0			
Histidine	mg/100g	4,0			
Alanine	mg/100g	11,0			
Acide Aspartique	mg/100g	38,0			
Acide Glutamique	mg/100g	25,0			
Glycocolle	mg/100g	14,0			
Proline	mg/100g	8,0			
Sérine	mg/100g	12,0			

Pastèque; pulpe**13036**

Watermelon; pulp

(Citrullus lanatus (Thunb.) Matsum. & Nakai)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,56	0,5	0,71	16
Energie	Kcal/100g	30,0			
Energie	KJ/100g	127,0			
Eau	g/100g	92,0	91,0	94,2	85
Protéines	g/100g	0,5	0,2	0,8	67
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,5	33
Glucides disponibles	g/100g	6,5			
Fructose	g/100g	2,4	1,1	4,0	
Glucose	g/100g	1,5	0,9	2,1	
Saccharose	g/100g	2,6	1,4	3,8	
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	0,3	0,1	0,6	9
Sodium	mg/100g	2,0	0,0	8,0	67
Potassium	mg/100g	110,0	67,0	151,0	67
Calcium	mg/100g	7,0	3,0	20,0	54
Magnésium	mg/100g	10,0	3,0	13,0	74
Fer	mg/100g	0,2	0,1	0,8	92
Cuivre	mg/100g	0,03	0,01	0,07	73
Zinc	mg/100g	0,1	0,04	0,2	43
Manganèse	mg/100g	0,03	0,0	0,07	73
Phosphore	mg/100g	9,0	5,0	12,0	80
Eq. β carotène	μ g/100g	288,0	80,0	411,0	19
Vitamine C	mg/100g	11,0	6,0	31,0	19
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,08	11
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,05	11
Niacine	mg/100g	0,2	0,1	0,3	10
Acide Panthoténique	mg/100g	0,22	0,16	0,3	7
Vitamine B6	mg/100g	0,1	0,07	0,14	2
Folates totaux	μ g/100g	3,5	2,0	8,0	8
Ac. Malique	mg/100g	255,0	200,0	310,0	2
Ac. Citrique	mg/100g	40,0	30,0	50,0	2
Tyramine	mg/100g	46,0			

Pitahaya; pulpe**13093**

Pitaya; pulp

(Hylocereus triangularis)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,64			6
Energie	Kcal/100g	53,0			
Energie	KJ/100g	227,0			
Eau	g/100g	84,4			7
Protéines	g/100g	1,4			6
Lipides totaux	g/100g	0,4			7
Glucides disponibles	g/100g	11,8			
Fibre brute	g/100g	1,4			7
Calcium	mg/100g	10,0			7
Fer	mg/100g	1,3			7
Phosphore	mg/100g	26,0			6
Eq. β carotène	µg/100g	tr			7
Vitamine C	mg/100g	8,0			5
Thiamine	mg/100g	0,04			5
Riboflavine	mg/100g	0,04			6
Niacine	mg/100g	0,3			7

Pomélo (dit Pamplemousse); pulpe**13040**

Grapefruit; pulp

(Citrus paradisi MacFad.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,6	0,45	0,73	69
Energie	Kcal/100g	30,0			
Energie	KJ/100g	126,0			
Eau	g/100g	90,4	88,0	91,0	94
Protéines	g/100g	0,7	0,5	1,1	77
Lipides totaux	g/100g	0,1	tr	0,2	26
Glucides disponibles	g/100g	6,0			
Fructose	g/100g	1,5			
Glucose	g/100g	1,5			
Saccharose	g/100g	3,0			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,3	0,9	3,3	9
Sodium	mg/100g	1,0	0,0	5,0	82
Potassium	mg/100g	141,0	125,0	200,0	129
Calcium	mg/100g	19,0	12,0	37,0	111
Magnésium	mg/100g	9,0	7,0	16,0	159
Fer	mg/100g	0,16	0,08	0,6	87
Cuivre	mg/100g	0,04	0,02	0,06	88
Zinc	mg/100g	0,06	0,02	0,2	34
Manganèse	mg/100g	0,02	0,01	0,03	77
Phosphore	mg/100g	12,0	8,0	20,0	89
Fluor	µg/100g	24,0	12,0	36,0	
Iode	µg/100g	1,3			
Eq. β carotène	µg/100g	16,0*	2,0	25,0	20
Vitamine E	mg/100g	0,25			
Vitamine C	mg/100g	37,0	32,0	51,0	81
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,05	64
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,04	16
Niacine	mg/100g	0,25	0,13	0,4	64
Acide Panthoténique	mg/100g	0,27	0,15	0,3	12
Vitamine B6	mg/100g	0,04	0,02	0,09	47
Folates totaux	µg/100g	14,0	9,0	46,0	69
Ac. Malique	mg/100g	160,0			
Ac. Citrique	mg/100g	1200,0			

* Le pomélo rosé contient en moyenne 250µg d'équivalent de β-carotène pour 100g de pulpe; cette teneur peut s'élever jusqu'à 330µg.

Pomélo (dit Pamplemousse); jus, frais, non sucré**18025**Grapefruit; juice, fresh, unsweetened
(*Citrus paradisi MacFad.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	37,0			
Energie	KJ/100g	158,0			
Eau	g/100g	90,0	88,3	91,5	4
Protéines	g/100g	0,5	0,4	0,7	3
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,1	3
Glucides disponibles	g/100g	9,1			
Fibre alimentaire	g/100g	tr			
Sodium	mg/100g	1,0	1,0	2,0	3
Potassium	mg/100g	144,0	127,0	162,0	3
Calcium	mg/100g	10,0	8,0	12,0	3
Magnésium	mg/100g	9,0	7,0	12,0	3
Fer	mg/100g	0,24	0,08	0,3	3
Cuivre	mg/100g	0,03	0,01	0,06	2
Zinc	mg/100g	0,05			1
Manganèse	mg/100g	0,01	0,01	0,02	2
Phosphore	mg/100g	14,0	13,0	17,0	3
Eq. β carotène	μ g/100g	6,0*			1
Vitamine C	mg/100g	38,0	28,0	61,0	14
Thiamine	mg/100g	0,04			1
Riboflavine	mg/100g	0,02			1
Niacine	mg/100g	0,2			1
Acide Panthoténique	mg/100g	0,16			1
Vitamine B6	mg/100g	0,01			1
Biotine	μ g/100g	0,53	0,36	0,7	2

* La teneur du jus de pomélo rosé en équivalent de β -carotène est estimée à 260 μ g pour 100g.

Pomélo (dit Pamplemousse); jus, en conserve**18015**Grapefruit; juice, canned
(*Citrus paradisi MacFad.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	37,0			
Energie	KJ/100g	158,0			
Eau	g/100g	90,0	86,7	91,3	21
Protéines	g/100g	0,5	0,3	0,6	23
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,1	19
Glucides disponibles	g/100g	9,1			
Fructose	g/100g	3,6			
Glucose	g/100g	3,5			
Saccharose	g/100g	1,8			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	tr	0,0	0,1	18
Sodium	mg/100g	2,0	1,0	23,0	29
Potassium	mg/100g	150,0	89,0	179,0	31
Calcium	mg/100g	7,0	6,0	16,0	30
Magnésium	mg/100g	10,0	7,0	11,0	31
Fer	mg/100g	0,23	0,06	1,13	22
Cuivre	mg/100g	0,04	0,01	0,09	26
Zinc	mg/100g	0,08	tr	0,2	25
Phosphore	mg/100g	11,0	8,0	16,0	30
Eq. β carotène	µg/100g	4,0	0,0	9,0	11
Vitamine E	mg/100g	0,08	0,0	0,19	3
Vitamine C	mg/100g	30,0	28,0	43,0	22
Thiamine	mg/100g	0,04	0,02	0,05	21
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,03	21
Niacine	mg/100g	0,23	0,17	0,26	21
Acide Panthoténique	mg/100g	0,13	0,08	0,16	5
Vitamine B6	mg/100g	0,02	0,01	0,02	4
Folates totaux	µg/100g	7,0	1,0	11,0	6
Biotine	µg/100g	0,8	0,3	1,0	3

Pomme cannelle; pulpe**13058**

Sugar apple; pulp

(Annona squamosa L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,46			
Energie	Kcal/100g	92,0			
Energie	KJ/100g	393,0			
Eau	g/100g	73,4	69,8	77,5	25
Protéines	g/100g	1,8	1,3	2,7	22
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,4	21
Glucides disponibles	g/100g	22,2			
Fructose	g/100g	3,5			
Glucose	g/100g	5,2			
Saccharose	g/100g	3,3			
Fibre brute	g/100g	1,6	1,0	1,9	15
Sodium	mg/100g	9,0	3,0	15,0	6
Potassium	mg/100g	264,0	190,0	304,0	6
Calcium	mg/100g	28,0	12,0	91,0	22
Magnésium	mg/100g	21,0			1
Fer	mg/100g	0,8	0,4	1,8	6
Phosphore	mg/100g	34,0	22,0	42,0	18
Eq. β carotène	μ g/100g	3,0	tr	8,0	17
Vitamine C	mg/100g	36,0	26,0	46,0	16
Thiamine	mg/100g	0,11	0,09	0,13	9
Riboflavine	mg/100g	0,13	0,09	0,15	16
Niacine	mg/100g	0,91	0,7	1,0	9
Acide Panthoténique	mg/100g	0,22			1
Vitamine B6	mg/100g	0,2			1
Lysine	mg/gN	167,0			
Cystine	mg/gN	21,0			
Tryptophane	mg/gN	30,0			
Lysine	mg/100g	48,0			
Cystine	mg/100g	6,0			
Tryptophane	mg/100g	9,0			

Raisin de Corinthe**13088**

Currants

(Vitis vinifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	269,0			
Energie	KJ/100g	1146,0			
Eau	g/100g	18,3	15,7	20,2	36
Protéines	g/100g	3,6	2,3	4,4	36
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,2	0,4	36
Glucides disponibles	g/100g	65,7			
Fructose	g/100g	32,3			
Glucose	g/100g	33,3			
Saccharose	g/100g	tr			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	5,2			
Sodium	mg/100g	10,0	7,0	14,0	36
Potassium	mg/100g	846,0	720,0	948,0	36
Calcium	mg/100g	88,0	80,0	93,0	36
Magnésium	mg/100g	38,0	30,0	43,0	36
Fer	mg/100g	2,9	1,3	3,6	47
Cuivre	mg/100g	0,56	0,42	0,81	36
Zinc	mg/100g	0,57	0,3	0,82	36
Manganèse	mg/100g	0,66	0,47	0,7	11
Phosphore	mg/100g	111,0	71,0	133,0	36
Eq. β carotène	μ g/100g	33,0	6,0	51,0	33
Vitamine C	mg/100g	4,0	tr	5,7	46
Thiamine	mg/100g	0,16	0,15	0,17	25
Riboflavine	mg/100g	0,12	0,05	0,17	35
Niacine	mg/100g	1,42	0,9	1,9	35
Acide Panthoténique	mg/100g	0,06	0,05	0,07	2
Vitamine B6	mg/100g	0,26	0,23	0,3	2
Folates totaux	μ g/100g	6,0	4,0	11,0	14
Biotine	μ g/100g	4,7			1
Ac. Malique	mg/100g	2250,0			
Ac. Tartrique	mg/100g	2250,0			

Raisin sec**13046**

Raisins

(Vitis vinifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	272,0			
Energie	KJ/100g	1161,0			
Eau	g/100g	15,5	7,0	24,0	56
Protéines	g/100g	2,6	2,1	3,0	48
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,4	1,3	31
Glucides disponibles	g/100g	65,8			
Fructose	g/100g	33,0	28,0	36,0	3
Glucose	g/100g	32,0	26,0	36,0	3
Saccharose	g/100g	0,4	0,1	1,7	3
Amidon	g/100g	0,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	6,7	5,4	8,7	3
Sodium	mg/100g	23,0	3,0	60,0	64
Potassium	mg/100g	783,0	593,0	1020,0	63
Calcium	mg/100g	40,0	25,0	62,0	71
Magnésium	mg/100g	31,0	28,0	38,0	71
Fer	mg/100g	2,38	1,2	4,1	74
Cuivre	mg/100g	0,31	0,24	0,4	70
Zinc	mg/100g	0,26	0,11	0,31	54
Manganèse	mg/100g	0,29	0,23	0,41	52
Phosphore	mg/100g	85,0	68,0	145,0	71
Iode	µg/100g	3,0	0,0	11,0	28
Eq. β carotène	µg/100g	11,0	0,0	120,0	25
Vitamine C	mg/100g	4,0	1,0	6,0	28
Thiamine	mg/100g	0,11	0,1	0,12	27
Riboflavine	mg/100g	0,14	0,05	0,23	27
Niacine	mg/100g	0,94	0,5	1,3	27
Acide Panthoténique	mg/100g	0,13	0,06	0,15	10
Vitamine B6	mg/100g	0,22	0,07	0,25	10
Folates totaux	µg/100g	9,0	5,0	27,0	17
Biotine	µg/100g	2,0			1
Isoleucine	mg/gN	119,0			
Leucine	mg/gN	191,0			
Lysine	mg/gN	180,0			
Méthionine	mg/gN	33,0			
Cystine	mg/gN	15,0			
Phénylalanine	mg/gN	119,0			
Tyrosine	mg/gN	25,0			
Thréonine	mg/gN	140,0			
Tryptophane	mg/gN	13,0			
Valine	mg/gN	180,0			
Arginine	mg/gN	775,0			
Histidine	mg/gN	130,0			
Alanine	mg/gN	231,0			
Acide Aspartique	mg/gN	221,0			
Acide Glutamique	mg/gN	300,0			
Glycocolle	mg/gN	160,0			
Proline	mg/gN	399,0			

Raisin sec**13046**

Raisins

(Vitis vinifera L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Sérine	mg/gN	130,0			
Isoleucine	mg/100g	49,0			
Leucine	mg/100g	78,0			
Lysine	mg/100g	74,0			
Méthionine	mg/100g	14,0			
Cystine	mg/100g	6,0			
Phénylalanine	mg/100g	49,0			
Tyrosine	mg/100g	10,0			
Thréonine	mg/100g	57,0			
Tryptophane	mg/100g	5,0			
Valine	mg/100g	74,0			
Arginine	mg/100g	317,0			
Histidine	mg/100g	53,0			
Alanine	mg/100g	95,0			
Acide Aspartique	mg/100g	91,0			
Acide Glutamique	mg/100g	123,0			
Glycocolle	mg/100g	66,0			
Proline	mg/100g	163,0			
Sérine	mg/100g	53,0			
Ac. Malique	mg/100g	2300,0			
Ac. Tartrique	mg/100g	2300,0			

3. Fruits de cueillette

Aframomum; fruit, pulpe**13500**Aframomum; fruit, pulp
(*Aframomum* spp.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,34	0,27	0,42	2
Energie	Kcal/100g	46,0			
Energie	KJ/100g	194,0			
Eau	g/100g	80,6	58,5	89,0	6
Protéines	g/100g	1,1	0,1	3,4	6
Lipides totaux	g/100g	0,8	0,3	4,6	6
Glucides disponibles	g/100g	9,1	5,9	20,2	3
Amidon	g/100g	0,1			2
Fibre alimentaire	g/100g	7,0			
Sodium	mg/100g	10,0			1
Potassium	mg/100g	913,0	697,0	1202,0	3
Calcium	mg/100g	13,0	3,0	41,0	6
Magnésium	mg/100g	30,0	29,0	32,0	2
Fer	mg/100g	1,2	0,7	1,7	3
Phosphore	mg/100g	58,0	35,0	80,0	3
Eq. β carotène	µg/100g	tr			2
Vitamine C	mg/100g	2,7	1,5	3,5	3
Thiamine	mg/100g	0,2	0,2	0,2	2
Riboflavine	mg/100g	0,08	0,08	0,09	2
Niacine	mg/100g	1,2	1,1	1,3	2

Ambor; pulpe**13501**Wild bullock's heart; pulp
(*Annona senegalensis* Pers.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,66			
Energie	Kcal/100g	53,0			
Energie	KJ/100g	225,0			
Eau	g/100g	77,0	76,2	77,8	2
Protéines	g/100g	1,4	0,8	2,1	3
Lipides totaux	g/100g	1,1	0,5	1,7	2
Glucides disponibles	g/100g	10,0	8,0	12,1	2
Amidon	g/100g	0,7	0,7	0,7	2
Fibre alimentaire	g/100g	9,4			
Potassium	mg/100g	451,0	419,0	484,0	2
Calcium	mg/100g	40,0	37,0	43,0	2
Magnésium	mg/100g	40,0	36,0	43,0	2
Fer	mg/100g	1,9	1,5	2,3	2
Eq. β carotène	μ g/100g	3736,0	3612,0	3860,0	2
Vitamine C	mg/100g	5,4	5,3	5,5	2
Thiamine	mg/100g	0,1	0,09	0,11	2
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,05	0,06	2
Niacine	mg/100g	0,92	0,91	0,94	2
Lysine	mg/gN	311,0	246,0	375,0	2
Méthionine	mg/gN	36,0	27,0	44,0	2
Tryptophane	mg/gN	51,0	32,0	69,0	2
Lysine	mg/100g	197,0	156,0	238,0	2
Méthionine	mg/100g	23,0	17,0	28,0	2
Tryptophane	mg/100g	32,0	20,0	44,0	2

Antidesma; fruit**13503**

Antidesma; fruit

(Antidesma vogelianum Müll. Arg.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	94,0			
Energie	KJ/100g	399,0			
Eau	g/100g	75,9			1
Protéines	g/100g	0,9			1
Lipides totaux	g/100g	2,4			1
Glucides disponibles	g/100g	18,4			
Fibre brute	g/100g	1,2			1

Arbouse**13615**Arbutus berry
(*Arbutus unedo* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	81,0			
Energie	KJ/100g	347,0			
Eau	g/100g	68,2			
Protéines	g/100g	0,7			
Lipides totaux	g/100g	0,4			
Glucides disponibles	g/100g	20,0			
Fibre alimentaire	g/100g	10,7			

Arbre à encens; fruit, pulpe**13506**

Papo canary tree; fruit, pulp

(Canarium schweinfurthii Engl.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,56			3
Energie	Kcal/100g	174,0			
Energie	KJ/100g	720,0			
Eau	g/100g	49,3	44,8	56,5	3
Protéines	g/100g	2,4	1,5	3,3	3
Lipides totaux	g/100g	15,9	12,0	23,0	3
Glucides disponibles	g/100g	5,7			1
Fibre brute	g/100g	4,3	3,7	4,8	2
Sodium	mg/100g	24,0			1
Calcium	mg/100g	118,0	85,0	186,0	3
Fer	mg/100g	5,0			1
Phosphore	mg/100g	239,0	40,0	630,0	3

Baobab; fruit, pulpe
 Monkey bread; pulp
 (*Adansonia digitata* L.)

13508

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,28			1
Energie	Kcal/100g	279,0			
Energie	KJ/100g	1187,0			
Eau	g/100g	16,0	10,0	33,8	52
Protéines	g/100g	2,2	1,4	5,3	32
Lipides totaux	g/100g	0,8	0,1	1,6	31
Glucides disponibles	g/100g	70,0			
Fibre brute	g/100g	6,8	1,1	11,4	25
Calcium	mg/100g	284,0	156,0	450,0	32
Fer	mg/100g	7,4	7,0	7,6	24
Phosphore	mg/100g	118,0	60,0	361,0	31
Eq. β carotène	µg/100g	70,0	40,0	95,0	25
Vitamine C	mg/100g	256,0	38,0	361,0	41
Thiamine	mg/100g	0,36	0,11	1,0	29
Riboflavine	mg/100g	0,06			25
Niacine	mg/100g	2,0	0,5	2,2	25
Vitamine B6	mg/100g	0,02			
Isoleucine	mg/gN	219,0			
Leucine	mg/gN	300,0			
Lysine	mg/gN	300,0			
Méthionine	mg/gN	56,0			
Phénylalanine	mg/gN	225,0			
Tyrosine	mg/gN	144,0			
Thréonine	mg/gN	306,0			
Valine	mg/gN	256,0			
Arginine	mg/gN	250,0			
Histidine	mg/gN	94,0			
Alanine	mg/gN	313,0			
Acide Aspartique	mg/gN	556,0			
Acide Glutamique	mg/gN	600,0			
Glycocolle	mg/gN	288,0			
Proline	mg/gN	388,0			
Sérine	mg/gN	362,0			
Isoleucine	mg/100g	77,0			
Leucine	mg/100g	105,0			
Lysine	mg/100g	105,0			
Méthionine	mg/100g	20,0			
Phénylalanine	mg/100g	79,0			
Tyrosine	mg/100g	50,0			
Thréonine	mg/100g	107,0			
Valine	mg/100g	90,0			
Arginine	mg/100g	88,0			
Histidine	mg/100g	33,0			
Alanine	mg/100g	110,0			
Acide Aspartique	mg/100g	195,0			
Acide Glutamique	mg/100g	210,0			
Glycocolle	mg/100g	101,0			
Proline	mg/100g	136,0			
Sérine	mg/100g	127,0			

Baobab; fruit, farine de pulpe**13509**

Monkey bread

(Adansonia digitata L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	313,0			
Energie	KJ/100g	1336,0			
Eau	g/100g	7,4			1
Protéines	g/100g	6,6			1
Lipides totaux	g/100g	0,3			1
Glucides disponibles	g/100g	75,8			
Fibre brute	g/100g	5,7			1
Calcium	mg/100g	300,0			1
Fer	mg/100g	2,6			1
Phosphore	mg/100g	143,0			1
Thiamine	mg/100g	0,02			1
Riboflavine	mg/100g	0,07			1
Niacine	mg/100g	2,2			1
Isoleucine	mg/gN	219,0			
Leucine	mg/gN	300,0			
Lysine	mg/gN	300,0			
Méthionine	mg/gN	56,0			
Phénylalanine	mg/gN	225,0			
Tyrosine	mg/gN	144,0			
Thréonine	mg/gN	306,0			
Valine	mg/gN	256,0			
Arginine	mg/gN	250,0			
Histidine	mg/gN	94,0			
Alanine	mg/gN	313,0			
Acide Aspartique	mg/gN	556,0			
Acide Glutamique	mg/gN	600,0			
Glycocolle	mg/gN	288,0			
Proline	mg/gN	388,0			
Sérine	mg/gN	362,0			
Isoleucine	mg/100g	231,0			
Leucine	mg/100g	315,0			
Lysine	mg/100g	315,0			
Méthionine	mg/100g	60,0			
Phénylalanine	mg/100g	237,0			
Tyrosine	mg/100g	150,0			
Thréonine	mg/100g	321,0			
Valine	mg/100g	270,0			
Arginine	mg/100g	264,0			
Histidine	mg/100g	99,0			
Alanine	mg/100g	330,0			
Acide Aspartique	mg/100g	585,0			
Acide Glutamique	mg/100g	630,0			
Glycocolle	mg/100g	303,0			
Proline	mg/100g	408,0			
Sérine	mg/100g	371,0			

Belwisia; fruit, pulpe**13510**

Belwisia; fruit, pulp

(Napoleonaea vogelii Hook. & Planch.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,25			1
Energie	Kcal/100g	48,0			
Energie	KJ/100g	207,0			
Eau	g/100g	78,3	77,8	78,8	2
Protéines	g/100g	2,1	2,1	2,2	2
Lipides totaux	g/100g	tr			2
Glucides disponibles	g/100g	13,0	11,5	14,6	2
Amidon	g/100g	0,6	0,6	0,7	2
Fibre alimentaire	g/100g	5,8			
Potassium	mg/100g	310,0	288,0	331,0	2
Calcium	mg/100g	18,0	12,0	24,0	2
Magnésium	mg/100g	40,0			2
Fer	mg/100g	0,74	0,72	0,76	2
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			2
Vitamine C	mg/100g	19,1	13,6	24,7	2
Thiamine	mg/100g	0,31	0,28	0,34	2
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,05	0,06	2
Niacine	mg/100g	1,5	1,4	1,6	2

Blighia sapida; arille**13511**

Akee; aril

(Blighia sapida Koenig)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	211,0			
Energie	KJ/100g	873,0			
Eau	g/100g	69,2	60,3	85,1	4
Protéines	g/100g	5,0	1,8	8,3	4
Lipides totaux	g/100g	20,0	10,9	30,5	4
Glucides disponibles	g/100g	3,0			
Fibre brute	g/100g	1,6	0,8	4,0	4
Calcium	mg/100g	40,0	22,0	56,0	3
Fer	mg/100g	2,7			1
Phosphore	mg/100g	16,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	555,0			1
Vitamine C	mg/100g	26,0	2,0	50,0	2
Thiamine	mg/100g	0,13			1
Riboflavine	mg/100g	0,14			1
Niacine	mg/100g	1,4			1

Boscia; fruit**13512**

Boscia; fruit

(Boscia angustifolia A. Rich.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	67,0			
Energie	KJ/100g	286,0			
Eau	g/100g	81,5			1
Protéines	g/100g	1,3			1
Lipides totaux	g/100g	0,9			1
Glucides disponibles	g/100g	14,4			
Fibre brute	g/100g	0,4			1

Bridelia; fruit**13513**

Bridelia; fruit

(Bridelia duvigneaudii J. Léon.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	175,0			
Energie	KJ/100g	742,0			
Eau	g/100g	53,4			1
Protéines	g/100g	1,5			1
Lipides totaux	g/100g	2,9			1
Glucides disponibles	g/100g	38,1			
Fibre brute	g/100g	1,9			1
Calcium	mg/100g	93,0			1
Fer	mg/100g	9,3			1
Phosphore	mg/100g	51,0			1

Canthium; fruit**13514**

Canthium; fruit

(Canthium crassum (Schweinf.) Hiern.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	274,0			
Energie	KJ/100g	1165,0			
Eau	g/100g	22,8			1
Protéines	g/100g	0,15			1
Lipides totaux	g/100g	1,8			1
Glucides disponibles	g/100g	68,5			
Fibre brute	g/100g	4,9			1
Calcium	mg/100g	8,0			1
Fer	mg/100g	19,0			1
Phosphore	mg/100g	247,0			1

Carisse; pulpe**13515**

Wild plum; pulp

(Carissa edulis (Forssk.) Vahl)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	56,0			
Energie	KJ/100g	237,0			
Eau	g/100g	87,3			1
Protéines	g/100g	1,2			1
Lipides totaux	g/100g	2,1			1
Glucides disponibles	g/100g	8,7			
Fibre brute	g/100g	0,3			1
Calcium	mg/100g	25,0			1
Fer	mg/100g	1,3			1
Phosphore	mg/100g	13,0			1

Cerise du Sénégal; fruit**13517**

Soapberry; fruit

(Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.))

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,57			1
Energie	Kcal/100g	93,0			
Energie	KJ/100g	398,0			
Eau	g/100g	71,4	70,8	73,9	5
Protéines	g/100g	1,5	1,5	1,6	5
Lipides totaux	g/100g	tr			5
Glucides disponibles	g/100g	25,6			
Fibre brute	g/100g	0,5	0,4	0,5	5
Calcium	mg/100g	23,0	22,0	26,0	5
Fer	mg/100g	3,0			4
Phosphore	mg/100g	90,0	68,0	95,0	5
Eq. β carotène	μ g/100g	360,0			4
Vitamine C	mg/100g	60,0	34,0	89,0	7
Thiamine	mg/100g	0,03	tr	0,03	6
Riboflavine	mg/100g	0,07			1
Niacine	mg/100g	tr			1
Vitamine B6	mg/100g	tr			1

Cerise-côte; pulpe**13518**

Pitanga; pulp

(Eugenia uniflora L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,83	0,78	0,88	2
Energie	Kcal/100g	21,0			
Energie	KJ/100g	91,0			
Eau	g/100g	89,4	85,8	90,8	5
Protéines	g/100g	0,8	0,5	1,0	4
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,1	0,66	4
Glucides disponibles	g/100g	3,9			1
Fibre brute	g/100g	0,5	0,3	0,6	3
Sodium	mg/100g	3,0			1
Potassium	mg/100g	119,0			1
Calcium	mg/100g	8,0	7,0	9,0	3
Magnésium	mg/100g	14,0			1
Fer	mg/100g	0,16	0,1	0,2	3
Phosphore	mg/100g	10,0			3
Eq. β carotène	μ g/100g	1020,0	900,0	1270,0	3
Vitamine C	mg/100g	26,0	14,0	32,0	8
Thiamine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	3
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,04	0,06	3
Niacine	mg/100g	0,25	0,2	0,3	3

Chrysophyllum bangweolense; fruit**13519**

Chrysophyllum; fruit

(Chrysophyllum bangweolense R.E.Fr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	102,0			
Energie	KJ/100g	430,0			
Eau	g/100g	77,0			1
Protéines	g/100g	0,75			1
Lipides totaux	g/100g	4,1			1
Glucides disponibles	g/100g	16,6			
Fibre brute	g/100g	1,1			1
Calcium	mg/100g	46,0			1
Fer	mg/100g	7,0			1
Phosphore	mg/100g	13,0			1

Cissus; fruit**13520**Cissus; fruit
(*Cissus spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	67,0			
Energie	KJ/100g	285,0			
Eau	g/100g	81,5	81,0	82,0	2
Protéines	g/100g	1,7	1,7	1,7	2
Lipides totaux	g/100g	0,7	0,6	0,8	2
Glucides disponibles	g/100g	14,4			
Fibre brute	g/100g	0,5	0,4	0,6	2
Calcium	mg/100g	180,0			1
Fer	mg/100g	4,6			1
Phosphore	mg/100g	110,0			1

Datte du désert; fraîche, pulpe et peau**13523**Desert date; fresh, pulp and skin
(*Balanites aegyptiaca* (L.) Del.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,57			1
Energie	Kcal/100g	55,0			
Energie	KJ/100g	234,0			
Eau	g/100g	70,4	64,0	76,8	2
Protéines	g/100g	1,8			1
Lipides totaux	g/100g	0,3	tr	0,6	2
Glucides disponibles	g/100g	12,0			
Fibre brute	g/100g	2,0			1
Calcium	mg/100g	53,0	47,0	58,0	2
Fer	mg/100g	12,0			1
Phosphore	mg/100g	24,0			1
Vitamine C	mg/100g	12,0			1
Isoleucine	mg/gN	119,0			1
Leucine	mg/gN	188,0			1
Lysine	mg/gN	119,0			1
Méthionine	mg/gN	100,0			1
Cystine	mg/gN	88,0			1
Phénylalanine	mg/gN	131,0			1
Tyrosine	mg/gN	88,0			1
Valine	mg/gN	175,0			1
Arginine	mg/gN	169,0			1
Histidine	mg/gN	50,0			1
Alanine	mg/gN	194,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	312,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	394,0			1
Glycocolle	mg/gN	175,0			1
Sérine	mg/gN	144,0			1
Isoleucine	mg/100g	34,0			
Leucine	mg/100g	54,0			
Lysine	mg/100g	34,0			
Méthionine	mg/100g	29,0			
Cystine	mg/100g	25,0			
Phénylalanine	mg/100g	38,0			
Tyrosine	mg/100g	25,0			
Valine	mg/100g	50,0			
Arginine	mg/100g	49,0			
Histidine	mg/100g	14,0			
Alanine	mg/100g	56,0			
Acide Aspartique	mg/100g	90,0			
Acide Glutamique	mg/100g	113,0			
Glycocolle	mg/100g	50,0			
Sérine	mg/100g	41,0			

Datte du désert; sèche, pulpe et peau**13522**

Desert date; dried, pulp and skin

(Balanites aegyptiaca (L.) Del.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,22			1
Energie	Kcal/100g	143,0			
Energie	KJ/100g	612,0			
Eau	g/100g	18,1	10,5	19,0	19
Protéines	g/100g	4,7	1,2	9,4	19
Lipides totaux	g/100g	0,1	tr	0,48	19
Glucides disponibles	g/100g	33,0	32,0	34,2	2
Fibre brute	g/100g	3,1	0,2	3,3	14
Calcium	mg/100g	136,0	87,0	162,0	19
Fer	mg/100g	4,4	2,0	16,3	23
Phosphore	mg/100g	61,0	43,4	103,0	15
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			12
Vitamine C	mg/100g	38,0	0,0	46,0	13
Thiamine	mg/100g	0,2	0,15	0,27	6
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,07	0,23	5
Niacine	mg/100g	1,4	0,4	1,8	5
Vitamine B6	mg/100g	0,3			1
Folates totaux	μ g/100g	50,0			1
Isoleucine	mg/gN	119,0			1
Leucine	mg/gN	188,0			1
Lysine	mg/gN	119,0			1
Méthionine	mg/gN	100,0			1
Cystine	mg/gN	88,0			1
Phénylalanine	mg/gN	131,0			1
Tyrosine	mg/gN	88,0			1
Valine	mg/gN	175,0			1
Arginine	mg/gN	169,0			1
Histidine	mg/gN	50,0			1
Alanine	mg/gN	194,0			1
Acide Aspartique	mg/gN	312,0			1
Acide Glutamique	mg/gN	394,0			1
Glycocolle	mg/gN	175,0			1
Sérine	mg/gN	144,0			1
Isoleucine	mg/100g	89,0			
Leucine	mg/100g	141,0			
Lysine	mg/100g	89,0			
Méthionine	mg/100g	75,0			
Cystine	mg/100g	66,0			
Phénylalanine	mg/100g	99,0			
Tyrosine	mg/100g	66,0			
Valine	mg/100g	132,0			
Arginine	mg/100g	127,0			
Histidine	mg/100g	38,0			
Alanine	mg/100g	146,0			
Acide Aspartique	mg/100g	235,0			
Acide Glutamique	mg/100g	296,0			
Glycocolle	mg/100g	132,0			
Sérine	mg/100g	108,0			

Datte naine; pulpe et peau**13524**

Phoenix; pulp and skin

(Phoenix reclinata Jacq.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	171,0			
Energie	KJ/100g	728,0			
Eau	g/100g	50,6			1
Protéines	g/100g	1,9			1
Lipides totaux	g/100g	2,1			1
Glucides disponibles	g/100g	38,6			
Fibre brute	g/100g	4,5			1
Calcium	mg/100g	44,0			1
Fer	mg/100g	7,0			1
Phosphore	mg/100g	35,0			1

Déta(r); pulpe fraîche**13525**

Dattock, Senegal; fresh pulp

(Detarium senegalense J.F. Gmel.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,47			1
Energie	Kcal/100g	114,0			
Energie	KJ/100g	484,0			
Eau	g/100g	66,9	66,7	67,1	15
Protéines	g/100g	1,9	1,9	2,0	15
Lipides totaux	g/100g	0,4			15
Glucides disponibles	g/100g	27,3			
Fibre brute	g/100g	2,3	2,3	2,4	15
Calcium	mg/100g	27,0			15
Fer	mg/100g	2,8	2,6	3,0	15
Phosphore	mg/100g	48,0	48,0	49,0	15
Eq. β carotène	µg/100g	165,0	80,0	265,0	15
Vitamine C	mg/100g	1130,0	509,0	1290,0	11
Thiamine	mg/100g	0,13	0,04	0,14	16
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,05	0,06	8
Niacine	mg/100g	0,6	0,6	0,7	15

Déta(r); pulpe sèche**13526**

Dattock, Senegal; dry pulp

(Detarium senegalense J.F. Gmel.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	287,0			
Energie	KJ/100g	1224,0			
Eau	g/100g	14,0			1
Protéines	g/100g	3,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,5			1
Glucides disponibles	g/100g	71,7			
Fibre brute	g/100g	7,1			1
Calcium	mg/100g	110,0			1
Fer	mg/100g	1,4			1
Vitamine C	mg/100g	3,0	3,0	4,0	3
Thiamine	mg/100g	0,01			1
Riboflavine	mg/100g	0,03			1
Niacine	mg/100g	3,8			1

Dankh; pulpe sèche**13527**

Dattock, sweet; dry pulp

(Detarium microcarpum Guill. & Perr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	302,0			
Energie	KJ/100g	1289,0			
Eau	g/100g	11,1			1
Protéines	g/100g	4,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,4			1
Glucides disponibles	g/100g	74,4			
Fibre brute	g/100g	6,6			1
Calcium	mg/100g	82,0			1
Fer	mg/100g	1,8			1
Phosphore	mg/100g	84,0			1
Vitamine C	mg/100g	32,0			1
Thiamine	mg/100g	0,03			1

Detarium; pulpe**13528**

Detarium; pulp

(Detarium macrocarpum Harms)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,51	0,45	0,55	4
Energie	Kcal/100g	76,0			
Energie	KJ/100g	322,0			
Eau	g/100g	68,6			1
Protéines	g/100g	1,3			1
Lipides totaux	g/100g	0,7			1
Glucides disponibles	g/100g	17,1			1
Fibre alimentaire	g/100g	6,7			1
Sodium	mg/100g	31,0			1
Calcium	mg/100g	41,0			1
Phosphore	mg/100g	9,0			1

Dialium; "arille"**13507**

Dialium; "aril"

(Dialium sp. 2732)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	155,0			
Energie	KJ/100g	662,0			
Eau	g/100g	34,8			1
Protéines	g/100g	2,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,9			1
Glucides disponibles	g/100g	36,2			1
Fibre brute	g/100g	3,2			1
Sodium	mg/100g	20,0			1
Potassium	mg/100g	690,0			1
Calcium	mg/100g	156,0			1
Phosphore	mg/100g	46,0			1

Dourian; pulpe**13529**

Durian; pulp

(Durio zibethinus Murr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,28	0,2	0,46	4
Energie	Kcal/100g	126,0			
Energie	KJ/100g	536,0			
Eau	g/100g	63,9	56,0	71,0	5
Protéines	g/100g	2,4	2,0	3,2	4
Lipides totaux	g/100g	2,0	0,8	3,9	3
Glucides disponibles	g/100g	26,3			
Fibre alimentaire	g/100g	4,3	4,0	4,4	3
Sodium	mg/100g	1,0			2
Potassium	mg/100g	574,0	563,0	584,0	2
Calcium	mg/100g	12,0	5,0	20,0	3
Magnésium	mg/100g	32,0			1
Fer	mg/100g	1,0	0,7	2,0	4
Phosphore	mg/100g	50,0	27,0	63,0	4
Eq. β carotène	μ g/100g	15,0	10,0	20,0	3
Vitamine C	mg/100g	50,0	24,0	62,0	4
Thiamine	mg/100g	0,35	0,3	0,7	3
Riboflavine	mg/100g	0,28	0,11	0,35	4
Niacine	mg/100g	1,0	0,7	1,2	4

Eugenia capensis; fruit**13531**Eugenia capensis; fruit
(*Eugenia capensis*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	69,0			
Energie	KJ/100g	292,0			
Eau	g/100g	81,8			1
Protéines	g/100g	0,51			1
Lipides totaux	g/100g	0,86			1
Glucides disponibles	g/100g	15,7			
Fibre brute	g/100g	0,22			1

Eugenia; fruit**13532**Eugenia; fruit
(*Syzygium spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,73	0,5	0,9	23
Energie	Kcal/100g	30,0			
Energie	KJ/100g	129,0			
Eau	g/100g	88,0	79,0	94,0	24
Protéines	g/100g	0,7	0,4	1,2	21
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,7	21
Glucides disponibles	g/100g	6,6	3,6	12,8	5
Fibre alimentaire	g/100g	3,4			1
Sodium	mg/100g	3,0	0,0	3,0	4
Potassium	mg/100g	158,0	103,0	262,0	4
Calcium	mg/100g	19,0	6,0	120,0	19
Magnésium	mg/100g	12,0	5,0	19,0	12
Fer	mg/100g	0,75	0,1	5,0	19
Cuivre	mg/100g	0,03	0,02	0,03	2
Zinc	mg/100g	0,1	0,06	0,13	2
Phosphore	mg/100g	16,0	7,0	94,0	19
Eq. β carotène	µg/100g	334,0	0,0	1270,0	13
Vitamine C	mg/100g	16,0	0,0	47,0	21
Thiamine	mg/100g	0,02	0,0	0,04	15
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,01	0,06	14
Niacine	mg/100g	0,45	0,2	1,7	13

Fadogia; fruit**13533**

Fadogia; fruit

(Fadogia triphylla Baker)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	144,0			
Energie	KJ/100g	613,0			
Eau	g/100g	60,0			1
Protéines	g/100g	2,3			1
Lipides totaux	g/100g	0,5			1
Glucides disponibles	g/100g	34,7			
Fibre brute	g/100g	1,4			1

Fadogiella; fruit**13534**

Fadogiella; fruit

(Fadogiella manikensis (de Wild.) Robyns)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	148,0			
Energie	KJ/100g	623,0			
Eau	g/100g	68,5			1
Protéines	g/100g	3,2			1
Lipides totaux	g/100g	4,9			1
Glucides disponibles	g/100g	24,2			
Fibre brute	g/100g	1,3			1
Calcium	mg/100g	41,0			1
Fer	mg/100g	1,6			1
Phosphore	mg/100g	50,0			1

Feretia; fruit**13610**

Feresia; fruit

(Feretia aeruginescens Stapf)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	145,0			
Energie	KJ/100g	612,0			
Eau	g/100g	64,0			1
Protéines	g/100g	1,8			1
Lipides totaux	g/100g	3,7			1
Glucides disponibles	g/100g	27,8			
Fibre brute	g/100g	0,68			1
Calcium	mg/100g	22,0			1
Fer	mg/100g	1,8			1
Phosphore	mg/100g	47,0			1

Ficus iteophylle; fruit**13559**

Ficus iteophylla; fruit

(Ficus thonningii Blume)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	59,0			
Energie	KJ/100g	252,0			
Eau	g/100g	77,1			1
Protéines	g/100g	3,0			1
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	12,1			
Fibre brute	g/100g	5,8			1
Calcium	mg/100g	290,0			1
Fer	mg/100g	10,0			1
Phosphore	mg/100g	75,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	235,0			1
Vitamine C	mg/100g	25,0			1
Thiamine	mg/100g	0,04			1

Ficus platyphylla; fruit**13563**

Ficus; fruit

(Ficus platyphylla Del.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	46,0			
Energie	KJ/100g	198,0			
Eau	g/100g	83,0			1
Protéines	g/100g	1,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,1			1
Glucides disponibles	g/100g	10,1			
Fibre brute	g/100g	3,6			1
Calcium	mg/100g	205,0			1
Fer	mg/100g	4,0			1
Phosphore	mg/100g	66,0			1
Vitamine C	mg/100g	22,0			1
Thiamine	mg/100g	0,04			1
Riboflavine	mg/100g	0,04			1
Niacine	mg/100g	0,3			1

Figue sycomore; fruit**13562**

Sycamore fig

(Ficus sycomorus L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	61,0			
Energie	KJ/100g	261,0			
Eau	g/100g	81,2	78,5	83,9	4
Protéines	g/100g	1,0	0,5	1,6	4
Lipides totaux	g/100g	0,8	0,4	1,2	4
Glucides disponibles	g/100g	13,4			
Fibre brute	g/100g	2,6	0,6	5,1	4
Calcium	mg/100g	118,0	15,0	250,0	4
Fer	mg/100g	5,2			2
Phosphore	mg/100g	37,0	15,0	65,0	4
Eq. β carotène	μ g/100g	192,0			2
Vitamine C	mg/100g	13,0			2
Thiamine	mg/100g	0,03			2
Riboflavine	mg/100g	0,05			2
Niacine	mg/100g	0,44			2

Ficus, sauvages; fruits**13535**Ficus, wild; fruits
(*Ficus spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	66,0			
Energie	KJ/100g	280,0			
Eau	g/100g	80,0	76,0	85,0	10
Protéines	g/100g	1,0	0,1	3,0	9
Lipides totaux	g/100g	0,7	0,1	1,9	9
Glucides disponibles	g/100g	14,8			
Fibre brute	g/100g	2,3	0,4	5,8	9
Calcium	mg/100g	125,0	15,0	290,0	9
Fer	mg/100g	23,0	11,0	86,0	8
Phosphore	mg/100g	47,0	5,0	96,0	9
Eq. β carotène	μ g/100g	205,0	175,0	235,0	2
Vitamine C	mg/100g	15,0	tr	25,0	5
Thiamine	mg/100g	0,03	0,03	0,04	4
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,04	0,06	3
Niacine	mg/100g	0,43	0,3	0,5	3

Figue de Barbarie; pulpe et graine**13063**

Prickly pear; pulp and seeds

(Opuntia ficus-indica (L.) Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,75	0,71	0,78	2
Energie	Kcal/100g	47,0			
Energie	KJ/100g	198,0			
Eau	g/100g	84,5	83,9	84,6	10
Protéines	g/100g	1,3	0,4	1,4	8
Lipides totaux	g/100g	1,3	0,3	1,4	8
Glucides disponibles	g/100g	8,0			
Fibre alimentaire	g/100g	4,4			1
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	183,0			1
Calcium	mg/100g	46,0	46,0	48,0	9
Magnésium	mg/100g	28,0			1
Fer	mg/100g	1,1	0,4	1,2	10
Cuivre	mg/100g	0,6			1
Phosphore	mg/100g	32,0			8
Eq. β carotène	µg/100g	59,0	45,0	60,0	9
Vitamine C	mg/100g	22,0	18,0	22,0	7
Thiamine	mg/100g	0,02	0,02	0,02	10
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,04	9
Niacine	mg/100g	0,4	0,4	0,4	7
Isoleucine	mg/gN	250,0			1
Leucine	mg/gN	326,0			1
Lysine	mg/gN	250,0			1
Méthionine	mg/gN	46,0			1
Phénylalanine	mg/gN	337,0			1
Thréonine	mg/gN	301,0			1
Tryptophane	mg/gN	51,0			1
Valine	mg/gN	234,0			1
Arginine	mg/gN	240,0			1
Histidine	mg/gN	92,0			1
Isoleucine	mg/100g	52,0			
Leucine	mg/100g	68,0			
Lysine	mg/100g	52,0			
Méthionine	mg/100g	10,0			
Phénylalanine	mg/100g	70,0			
Thréonine	mg/100g	63,0			
Tryptophane	mg/100g	11,0			
Valine	mg/100g	49,0			
Arginine	mg/100g	50,0			
Histidine	mg/100g	19,0			

Figue de Barbarie; pulpe sans graine**13062**Prickly pear; pulp without seeds
(*Opuntia ficus-indica* (L.) Mill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,57	0,44	0,75	5
Energie	Kcal/100g	46,0			
Energie	KJ/100g	198,0			
Eau	g/100g	83,6	80,0	93,1	24
Protéines	g/100g	0,8	0,5	1,5	17
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,7	15
Glucides disponibles	g/100g	10,8			
Fibre alimentaire	g/100g	3,6	1,8	6,4	4
Sodium	mg/100g	5,0	2,0	7,0	3
Potassium	mg/100g	190,0	62,0	250,0	4
Calcium	mg/100g	34,0	24,0	60,0	12
Magnésium	mg/100g	112,0	50,0	174,0	2
Fer	mg/100g	0,6	0,3	1,9	8
Phosphore	mg/100g	21,0	16,0	29,0	12
Eq. β carotène	μ g/100g	42,0	29,0	60,0	12
Vitamine C	mg/100g	17,0	0,0	42,0	69
Thiamine	mg/100g	0,01	0,0	0,03	8
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,06	7
Niacine	mg/100g	0,3	0,2	0,46	8

Garcinia huillensis; pulpe**13538**

Garcinia; fruit

(Garcinia huillensis Welw. ex Oliv.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	76,0			
Energie	KJ/100g	322,0			
Eau	g/100g	79,5	75,9	83,0	2
Protéines	g/100g	0,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,6			1
Glucides disponibles	g/100g	17,8			
Fibre brute	g/100g	0,7			1
Vitamine C	mg/100g	7,0			1

Garcinie**13537**

Sweet garcinia

(Garcinia dulcis Kurz.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	48,0			
Energie	KJ/100g	205,0			
Eau	g/100g	86,7			1
Protéines	g/100g	0,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,5			1
Glucides disponibles	g/100g	11,2			
Fibre brute	g/100g	1,0			1
Calcium	mg/100g	5,0			1
Fer	mg/100g	0,4			1
Phosphore	mg/100g	13,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	50,0			1
Vitamine C	mg/100g	5,0			1
Thiamine	mg/100g	0,06			1
Riboflavine	mg/100g	0,04			1
Niacine	mg/100g	0,3			1

Gonyo; pulpe**13504**

Antrocaryon; pulp

(Antrocaryon klaineum Pierre)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,24			1
Energie	Kcal/100g	36,0			
Energie	KJ/100g	155,0			
Eau	g/100g	81,2			1
Protéines	g/100g	0,7			1
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	8,5			1
Fibre alimentaire	g/100g	2,4			1
Sodium	mg/100g	12,0			1
Calcium	mg/100g	26,0			1
Phosphore	mg/100g	11,0			1

Greuvier; fruit, pulpe**13540**

Grewia; fruit, pulp

(Grewia spp.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	85,0			
Energie	KJ/100g	361,0			
Eau	g/100g	75,5			1
Protéines	g/100g	2,0			1
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	20,0			
Fibre brute	g/100g	1,2			1
Calcium	mg/100g	18,0			1
Fer	mg/100g	3,4			1
Phosphore	mg/100g	3,0			1
Vitamine C	mg/100g	7,0			1
Thiamine	mg/100g	0,06			1

Guarea; arille**13541**Guarea; aril
(*Guarea spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	74,4			1
Protéines	g/100g	2,4			1
Glucides disponibles	g/100g	15,4			1
Sodium	mg/100g	48,0			1
Potassium	mg/100g	443,0			1
Calcium	mg/100g	120,0			1
Phosphore	mg/100g	72,0			1

Icaque; fruit**13542**

Icaco; fruit

(Chrysobalanus icaco L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,54	0,49	0,68	4
Energie	Kcal/100g	47,0			
Energie	KJ/100g	201,0			
Eau	g/100g	85,9	84,9	86,3	10
Protéines	g/100g	0,5	0,4	0,6	10
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,1	8
Glucides disponibles	g/100g	11,8			
Fibre brute	g/100g	0,9	0,5	1,0	8
Calcium	mg/100g	40,0	38,0	45,0	9
Fer	mg/100g	0,8	0,6	1,6	8
Phosphore	mg/100g	23,0	17,0	42,0	8
Eq. β carotène	μ g/100g	81,0	tr	130,0	18
Vitamine C	mg/100g	12,0	9,0	19,0	9
Thiamine	mg/100g	0,04	0,02	0,04	9
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,03	8
Niacine	mg/100g	0,3	0,3	0,4	9

Jaquier; pulpe**13543**

Jackfruit; pulp

(Artocarpus heterophyllus Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,29			
Energie	Kcal/100g	81,0			
Energie	KJ/100g	345,0			
Eau	g/100g	75,0	69,0	81,0	11
Protéines	g/100g	1,5	1,4	2,2	9
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,3	0,5	4
Glucides disponibles	g/100g	19,3			
Fructose	g/100g	2,2			
Glucose	g/100g	7,4			
Saccharose	g/100g	9,0			
Amidon	g/100g	0,8			
Fibre alimentaire	g/100g	3,4	2,8	4,0	2
Sodium	mg/100g	3,0	0,7	5,3	4
Potassium	mg/100g	324,0	95,0	511,0	4
Calcium	mg/100g	26,0	8,0	59,0	7
Magnésium	mg/100g	25,0	14,0	37,0	2
Fer	mg/100g	0,6	0,6	0,8	3
Cuivre	mg/100g	0,2			1
Zinc	mg/100g	0,6	0,4	0,8	2
Manganèse	mg/100g	0,2			1
Phosphore	mg/100g	34,0	15,0	57,0	5
Eq. β carotène	μ g/100g	365,0	93,0	1130,0	6
Vitamine C	mg/100g	6,0	2,0	11,0	8
Thiamine	mg/100g	0,05	0,03	0,09	4
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,03	0,12	3
Niacine	mg/100g	0,5	0,4	0,7	4
Vitamine B6	mg/100g	0,1			1

Jujube d'Inde; frais, pulpe et peau**13545**

Ber; raw, pulp and peel

(Ziziphus mauritiana Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,8			1
Energie	Kcal/100g	81,0			
Energie	KJ/100g	346,0			
Eau	g/100g	76,4	71,0	86,0	3
Protéines	g/100g	1,8	0,7	2,2	3
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,0	1,7	3
Glucides disponibles	g/100g	18,3			
Fibre brute	g/100g	1,6	0,9	2,1	3
Potassium	mg/100g	375,0			1
Calcium	mg/100g	41,0	30,0	51,0	3
Fer	mg/100g	0,88	0,75	1,0	2
Phosphore	mg/100g	32,0	17,0	56,0	3
Eq. β carotène	µg/100g	102,0			1
Vitamine C	mg/100g	55,0	23,0	75,0	4
Thiamine	mg/100g	0,03	0,02	0,04	2
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,02	0,18	2
Niacine	mg/100g	0,8	0,5	1,1	2

Jujube d'Inde; demi-sec**13616**

Ber; semi-dry

(Ziziphus mauritiana Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	241,0			
Energie	KJ/100g	1030,0			
Eau	g/100g	30,8			4
Protéines	g/100g	3,7			4
Lipides totaux	g/100g	0,1			4
Glucides disponibles	g/100g	60,2			
Fibre brute	g/100g	2,8			4
Calcium	mg/100g	170,0			4
Fer	mg/100g	3,1			4
Phosphore	mg/100g	64,0			4
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			4
Vitamine C	mg/100g	35,0			4
Thiamine	mg/100g	0,02			4
Niacine	mg/100g	2,1			4

Jujube d'Inde; sec**13546**

Ber; dried

(Ziziphus mauritiana Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	288,0			
Energie	KJ/100g	1229,0			
Eau	g/100g	17,4			3
Protéines	g/100g	4,3			3
Lipides totaux	g/100g	0,1			3
Glucides disponibles	g/100g	72,0			
Fibre brute	g/100g	3,4			3
Calcium	mg/100g	210,0			3
Fer	mg/100g	3,0			3
Phosphore	mg/100g	56,0			3
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			3
Vitamine C	mg/100g	17,0	3,0	24,0	3
Thiamine	mg/100g	0,03	tr	0,03	4
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,02	0,03	4
Niacine	mg/100g	1,6	tr	2,1	4
Vitamine B6	mg/100g	0,1			1

Kaki de brousse; fruit**13547**

Persimmon; fruit

(Diospyros mespiliformis Hochst. ex A. DC.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	132,0			
Energie	KJ/100g	563,0			
Eau	g/100g	64,2	62,8	64,5	5
Protéines	g/100g	1,1	1,0	1,7	5
Lipides totaux	g/100g	1,1	tr	2,3	2
Glucides disponibles	g/100g	31,5			
Fibre brute	g/100g	1,15			1
Calcium	mg/100g	64,0	42,0	156,0	5
Fer	mg/100g	1,9	1,9	2,0	2
Phosphore	mg/100g	46,0	44,0	46,0	5
Vitamine C	mg/100g	13,0			4
Thiamine	mg/100g	0,01			1
Niacine	mg/100g	0,2			1

Karité; péricarpe**13548**

Sheabutter; pericarp

(Vitellaria paradoxa C.F. Gaertn.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	80,0			
Energie	KJ/100g	338,0			
Eau	g/100g	74,3			1
Protéines	g/100g	1,9			1
Lipides totaux	g/100g	1,2			1
Glucides disponibles	g/100g	16,3			
Fibre brute	g/100g	5,4			1
Fer	mg/100g	4,7			1
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	1,0			1
Thiamine	mg/100g	0,02			1
Riboflavine	mg/100g	0,03			1
Niacine	mg/100g	1,0			1

Landolphia du Cap; fruit**13611**

Apricot, wild; fruit

(Landolphia capensis)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	131,0			
Energie	KJ/100g	559,0			
Eau	g/100g	64,0			1
Protéines	g/100g	1,0			1
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	33,4			
Fibre brute	g/100g	0,8			1
Calcium	mg/100g	11,0			1
Fer	mg/100g	0,3			1
Phosphore	mg/100g	8,0			1
Vitamine C	mg/100g	60,0			1
Thiamine	mg/100g	0,03			1
Riboflavine	mg/100g	0,53			1
Niacine	mg/100g	1,9			1

Landolphia poilu; pulpe**13612**

Landolphia; pulp

(Landolphia hirsuta (Hua) Pichon)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,16			
Energie	Kcal/100g	38,0			
Energie	KJ/100g	163,0			
Eau	g/100g	82,8	82,0	83,6	2
Protéines	g/100g	0,7			2
Lipides totaux	g/100g	0,5			2
Glucides disponibles	g/100g	8,3	7,0	9,6	
Amidon	g/100g	0,1			2
Fibre alimentaire	g/100g	7,2	6,8	7,6	2
Potassium	mg/100g	208,0	207,0	209,0	
Calcium	mg/100g	6,0	5,0	7,0	2
Magnésium	mg/100g	15,0	14,0	15,0	2
Fer	mg/100g	0,46	0,39	0,53	2
Eq. β carotène	μ g/100g	1532,0	1474,0	1591,0	2
Vitamine C	mg/100g	2,5	2,3	2,7	2
Thiamine	mg/100g	0,05			2
Riboflavine	mg/100g	0,16	0,12	0,19	2
Niacine	mg/100g	0,84	0,78	0,9	2

Landolphia owariensis; pulpe**13613**

Landolphia; pulp

(Landolphia owariensis P. Beauv.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,39			
Energie	Kcal/100g	58,0			
Energie	KJ/100g	246,0			
Eau	g/100g	79,0	78,0	80,0	2
Protéines	g/100g	0,85	0,8	0,9	2
Lipides totaux	g/100g	0,5			2
Glucides disponibles	g/100g	13,3	12,0	14,5	2
Amidon	g/100g	0,1			2
Fibre alimentaire	g/100g	5,8	5,4	6,2	2
Potassium	mg/100g	274,0	249,0	300,0	2
Calcium	mg/100g	9,0	8,0	10,0	2
Magnésium	mg/100g	9,0	8,0	9,0	2
Fer	mg/100g	0,34	0,31	0,38	2
Eq. β carotène	µg/100g	tr			
Vitamine C	mg/100g	5,4			2
Riboflavine	mg/100g	0,04			2

Landolphia; fruit**13550**

Landolphia; fruit

(Landolphia heudelotti A. DC.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,36			1
Energie	Kcal/100g	56,0			
Energie	KJ/100g	240,0			
Eau	g/100g	84,5			4
Protéines	g/100g	0,7			4
Lipides totaux	g/100g	0,1			4
Glucides disponibles	g/100g	14,0			
Fibre brute	g/100g	0,3			4
Calcium	mg/100g	15,0			4
Fer	mg/100g	2,0			2
Phosphore	mg/100g	44,0			4
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			1
Vitamine C	mg/100g	12,0	11,0	15,0	5
Thiamine	mg/100g	0,04	0,04	0,04	3
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,04	3
Niacine	mg/100g	0,8			2
Vitamine B6	mg/100g	0,06			1

Lansea; pulpe**13551**

Wild grape; pulp

(Lansea edulis Engl.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	79,0			
Energie	KJ/100g	336,0			
Eau	g/100g	80,0			
Protéines	g/100g	1,3			
Lipides totaux	g/100g	1,9			
Glucides disponibles	g/100g	15,2			
Fibre brute	g/100g	1,1			
Calcium	mg/100g	40,0			
Fer	mg/100g	2,0			
Phosphore	mg/100g	28,0			

Longan; pulpe**13552**

Longan; pulp

(Nephelium longanum (Lam.) Cam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,53	0,5	0,57	2
Energie	Kcal/100g	46,0			
Energie	KJ/100g	197,0			
Eau	g/100g	80,3	72,4	86,3	5
Protéines	g/100g	1,1	1,0	1,3	3
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,1	1,4	3
Glucides disponibles	g/100g	10,0			
Fructose	g/100g	3,4			
Glucose	g/100g	2,4			
Saccharose	g/100g	3,5			
Amidon	g/100g	0,13			
Fibre alimentaire	g/100g	1,2			1
Potassium	mg/100g	304,0			1
Calcium	mg/100g	11,0	1,0	23,0	4
Magnésium	mg/100g	11,0			1
Fer	mg/100g	0,41			4
Cuivre	mg/100g	0,2			1
Zinc	mg/100g	0,06			1
Manganèse	mg/100g	0,06			1
Phosphore	mg/100g	42,0			1
Vitamine C	mg/100g	64,0	8,0	140,0	4
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,05	4
Riboflavine	mg/100g	0,12	0,07	0,14	3
Niacine	mg/100g	0,36	0,3	0,6	3
Folates totaux	µg/100g	50,0			1
Isoleucine	mg/gN	124,0			
Leucine	mg/gN	258,0			
Lysine	mg/gN	219,0			
Méthionine	mg/gN	62,0			
Phénylalanine	mg/gN	143,0			
Tyrosine	mg/gN	119,0			
Thréonine	mg/gN	162,0			
Valine	mg/gN	277,0			
Arginine	mg/gN	167,0			
Histidine	mg/gN	57,0			
Alanine	mg/gN	749,0			
Acide Aspartique	mg/gN	601,0			
Acide Glutamique	mg/gN	997,0			
Glycocolle	mg/gN	200,0			
Proline	mg/gN	200,0			
Sérine	mg/gN	229,0			
Isoleucine	mg/100g	22,0			
Leucine	mg/100g	46,0			
Lysine	mg/100g	39,0			
Méthionine	mg/100g	11,0			
Phénylalanine	mg/100g	25,0			
Tyrosine	mg/100g	21,0			
Thréonine	mg/100g	29,0			

Longan; pulpe**13552**

Longan; pulp

(Nephelium longanum (Lam.) Cam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Valine	mg/100g	49,0			
Arginine	mg/100g	30,0			
Histidine	mg/100g	10,0			
Alanine	mg/100g	133,0			
Acide Aspartique	mg/100g	107,0			
Acide Glutamique	mg/100g	177,0			
Glycocolle	mg/100g	36,0			
Proline	mg/100g	36,0			
Sérine	mg/100g	41,0			

Longan; pulpe séchée (sans coquille ni graine)**13609**

Longan; dried pulp

(Nephelium longanum (Lam.) Cam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,37	0,36	0,38	2
Energie	Kcal/100g	282,0			
Energie	KJ/100g	1202,0			
Eau	g/100g	17,6			1
Protéines	g/100g	4,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,4			1
Glucides disponibles	g/100g	69,0			
Amidon	g/100g	0,5			
Fibre alimentaire	g/100g	4,4			1
Sodium	mg/100g	48,0			1
Potassium	mg/100g	658,0			1
Calcium	mg/100g	45,0			1
Magnésium	mg/100g	46,0			1
Fer	mg/100g	5,4			1
Cuivre	mg/100g	0,8			1
Zinc	mg/100g	0,2			1
Manganèse	mg/100g	0,25			1
Phosphore	mg/100g	196,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	28,0			1
Thiamine	mg/100g	0,04			1
Riboflavine	mg/100g	0,34			2
Niacine	mg/100g	0,68			2
Isoleucine	mg/gN	124,0			
Leucine	mg/gN	258,0			
Lysine	mg/gN	219,0			
Méthionine	mg/gN	62,0			
Phénylalanine	mg/gN	143,0			
Tyrosine	mg/gN	119,0			
Thréonine	mg/gN	162,0			
Valine	mg/gN	277,0			
Arginine	mg/gN	167,0			
Histidine	mg/gN	57,0			
Alanine	mg/gN	749,0			
Acide Aspartique	mg/gN	601,0			
Acide Glutamique	mg/gN	997,0			
Glycocolle	mg/gN	200,0			
Proline	mg/gN	200,0			
Sérine	mg/gN	229,0			
Isoleucine	mg/100g	97,0			
Leucine	mg/100g	202,0			
Lysine	mg/100g	172,0			
Méthionine	mg/100g	49,0			
Phénylalanine	mg/100g	112,0			
Tyrosine	mg/100g	94,0			
Thréonine	mg/100g	128,0			
Valine	mg/100g	217,0			
Arginine	mg/100g	131,0			

Longan; pulpe séchée (sans coquille ni graine)**13609**

Longan; dried pulp

(Nephelium longanum (Lam.) Cam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Histidine	mg/100g	45,0			
Alanine	mg/100g	585,0			
Acide Aspartique	mg/100g	469,0			
Acide Glutamique	mg/100g	780,0			
Glycocolle	mg/100g	158,0			
Proline	mg/100g	158,0			
Sérine	mg/100g	180,0			

Longhi; fruit, pulpe**13536**

Longhi; pulp

(Gambeya lacourtiana (de Wild.) Aubr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,87			2
Energie	Kcal/100g	88,0			
Energie	KJ/100g	367,0			
Eau	g/100g	71,0			1
Protéines	g/100g	1,4			1
Lipides totaux	g/100g	6,6			1
Glucides disponibles	g/100g	6,2			1
Fibre alimentaire	g/100g	12,4			1
Sodium	mg/100g	18,0			1
Calcium	mg/100g	17,0			1
Phosphore	mg/100g	14,0			1

Lotus du Coran; frais**13553**

Christ's thorn; raw

(Ziziphus spina-christi (L.) Desf.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	53,3			1
Protéines	g/100g	2,1			1
Lipides totaux	g/100g	0,4			1
Calcium	mg/100g	47,0			1
Fer	mg/100g	3,5			1
Phosphore	mg/100g	44,0			1
Eq. β carotène	µg/100g	80,0			1
Vitamine C	mg/100g	15,0	8,5	26,4	61
Thiamine	mg/100g	0,0			1
Riboflavine	mg/100g	0,23			1
Niacine	mg/100g	2,3			1

Lotus du Coran; sec**13554**

Christ's thorn; dry

(Ziziphus spina-christi (L.) Desf.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	9,3			1
Protéines	g/100g	4,8			1
Lipides totaux	g/100g	0,9			1
Calcium	mg/100g	140,0			1
Fer	mg/100g	3,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	30,0			1
Thiamine	mg/100g	0,04			1
Riboflavine	mg/100g	0,13			1
Niacine	mg/100g	3,7			1

Mafourère; arille séché**13555**Bitterwood; dried aril
(*Trichilia spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,27			1
Energie	Kcal/100g	482,0			
Energie	KJ/100g	2007,0			
Eau	g/100g	10,3			1
Protéines	g/100g	6,0	4,0	10,3	4
Lipides totaux	g/100g	35,0	9,4	65,7	4
Glucides disponibles	g/100g	38,1			
Fibre brute	g/100g	9,0	4,8	13,1	2
Sodium	mg/100g	22,0			1
Potassium	mg/100g	413,0			1
Calcium	mg/100g	188,0	117,0	259,0	2
Fer	mg/100g	7,8			1
Phosphore	mg/100g	114,0	108,0	121,0	2
Vitamine C	mg/100g	40,0			1
Thiamine	mg/100g	0,21			1
Riboflavine	mg/100g	1,23			1

Mammea africana; pulpe**13557**

Mammea; pulp

(Mammea africana Sabine)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,52	0,25	0,65	4
Eau	g/100g	87,1			1
Protéines	g/100g	0,7			1
Fibre brute	g/100g	1,4			1
Potassium	mg/100g	89,0			1
Calcium	mg/100g	22,0			1
Phosphore	mg/100g	12,0			1

Mangue du Gabon; pulpe**13558**

African mango; pulp

(Irvingia gabonensis (Aubry-Lecomte ex O'Rorke) Baill.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,63	0,56	0,7	2
Energie	Kcal/100g	34,0			
Energie	KJ/100g	146,0			
Eau	g/100g	85,2	81,4	88,9	2
Protéines	g/100g	0,9	0,9	0,9	2
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,2	0,3	2
Glucides disponibles	g/100g	7,7			1
Fibre brute	g/100g	0,9			1
Sodium	mg/100g	25,0			1
Potassium	mg/100g	232,0			1
Calcium	mg/100g	31,0	16,0	46,0	2
Fer	mg/100g	1,4			1
Phosphore	mg/100g	23,0	15,0	32,0	2
Vitamine C	mg/100g	68,0	60,0	74,0	3

Mimusops zeyheri; fruit**13560**

Mimusops; fruit

(Mimusops zeyheri Sond.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	118,0			
Energie	KJ/100g	502,0			
Eau	g/100g	68,0			1
Protéines	g/100g	0,1			1
Lipides totaux	g/100g	0,3			1
Glucides disponibles	g/100g	30,6			
Fibre brute	g/100g	0,5			1
Calcium	mg/100g	27,0			1
Fer	mg/100g	24,0			1
Phosphore	mg/100g	13,0			1

Mombin jaune**13561**

Mombin, yellow

(Spondias mombin L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,57			2
Energie	Kcal/100g	64,0			
Energie	KJ/100g	271,0			
Eau	g/100g	83,7	82,7	88,2	22
Protéines	g/100g	0,8	0,6	0,9	20
Lipides totaux	g/100g	1,6	0,1	2,1	20
Glucides disponibles	g/100g	12,4			
Fibre brute	g/100g	0,9			12
Calcium	mg/100g	28,0	24,0	49,0	19
Fer	mg/100g	1,9	1,0	2,2	17
Phosphore	mg/100g	33,0	31,0	39,0	20
Eq. β carotène	µg/100g	341,0	140,0	1400,0	17
Vitamine C	mg/100g	60,0	12,0	189,0	24
Thiamine	mg/100g	0,07	0,04	0,08	20
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,03	0,06	20
Niacine	mg/100g	0,7	0,5	1,4	18

Néré; fruit, pulpe**13565**African locust bean; pulp
(*Parkia spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	270,0			
Energie	KJ/100g	1153,0			
Eau	g/100g	13,2	12,5	16,1	8
Protéines	g/100g	3,4	3,0	3,5	8
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,3	0,5	8
Glucides disponibles	g/100g	67,5			
Fibre brute	g/100g	12,6	12,2	12,7	8
Calcium	mg/100g	124,0	117,0	125,0	8
Fer	mg/100g	3,6			6
Phosphore	mg/100g	160,0	125,0	174,0	8
Eq. β carotène	μ g/100g	2430,0			6
Vitamine C	mg/100g	225,0	170,0	242,0	8
Thiamine	mg/100g	1,05			6
Riboflavine	mg/100g	0,71			6
Niacine	mg/100g	1,0			6
Isoleucine	mg/gN	229,0			
Leucine	mg/gN	366,0			
Lysine	mg/gN	216,0			
Méthionine	mg/gN	91,0			
Cystine	mg/gN	138,0			
Phénylalanine	mg/gN	234,0			
Tyrosine	mg/gN	216,0			
Thréonine	mg/gN	222,0			
Valine	mg/gN	275,0			
Arginine	mg/gN	197,0			
Histidine	mg/gN	129,0			
Alanine	mg/gN	335,0			
Acide Aspartique	mg/gN	1272,0			
Acide Glutamique	mg/gN	597,0			
Glycocolle	mg/gN	269,0			
Proline	mg/gN	266,0			
Sérine	mg/gN	291,0			
Isoleucine	mg/100g	125,0			
Leucine	mg/100g	199,0			
Lysine	mg/100g	118,0			
Méthionine	mg/100g	50,0			
Cystine	mg/100g	75,0			
Phénylalanine	mg/100g	127,0			
Tyrosine	mg/100g	118,0			
Thréonine	mg/100g	121,0			
Valine	mg/100g	150,0			
Arginine	mg/100g	107,0			
Histidine	mg/100g	70,0			
Alanine	mg/100g	182,0			
Acide Aspartique	mg/100g	692,0			
Acide Glutamique	mg/100g	325,0			
Glycocolle	mg/100g	146,0			
Proline	mg/100g	145,0			
Sérine	mg/100g	158,0			

Néré; fruit, farine de pulpe, sèche**13544**

African locust bean

(Parkia spp.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	298,0			
Energie	KJ/100g	1268,0			
Eau	g/100g	6,0	4,8	7,6	4
Protéines	g/100g	4,6	2,4	6,7	4
Lipides totaux	g/100g	1,1	0,7	1,6	4
Glucides disponibles	g/100g	71,8			
Fibre brute	g/100g	12,5	10,8	14,7	4
Calcium	mg/100g	178,0	120,0	286,0	4
Phosphore	mg/100g	141,0	107,0	158,0	4
Thiamine	mg/100g	0,14			1
Isoleucine	mg/gN	229,0			
Leucine	mg/gN	366,0			
Lysine	mg/gN	216,0			
Méthionine	mg/gN	91,0			
Cystine	mg/gN	138,0			
Phénylalanine	mg/gN	234,0			
Tyrosine	mg/gN	216,0			
Thréonine	mg/gN	222,0			
Valine	mg/gN	275,0			
Arginine	mg/gN	197,0			
Histidine	mg/gN	129,0			
Alanine	mg/gN	335,0			
Acide Aspartique	mg/gN	1272,0			
Acide Glutamique	mg/gN	597,0			
Glycocolle	mg/gN	269,0			
Proline	mg/gN	266,0			
Sérine	mg/gN	291,0			
Isoleucine	mg/100g	169,0			
Leucine	mg/100g	269,0			
Lysine	mg/100g	159,0			
Méthionine	mg/100g	67,0			
Cystine	mg/100g	102,0			
Phénylalanine	mg/100g	172,0			
Tyrosine	mg/100g	159,0			
Thréonine	mg/100g	163,0			
Valine	mg/100g	202,0			
Arginine	mg/100g	145,0			
Histidine	mg/100g	95,0			
Alanine	mg/100g	247,0			
Acide Aspartique	mg/100g	936,0			
Acide Glutamique	mg/100g	439,0			
Glycocolle	mg/100g	198,0			
Proline	mg/100g	196,0			
Sérine	mg/100g	214,0			

Nomeba; pulpe**13521**

Dacryodes; pulp

(Dacryodes klaineana (Pierre) H.J. Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5			1
Energie	Kcal/100g	65,0			
Energie	KJ/100g	272,0			
Eau	g/100g	89,1			1
Protéines	g/100g	0,26			1
Lipides totaux	g/100g	5,1			1
Glucides disponibles	g/100g	4,9			1

Olap; fruit**13566**

Olap; fruit

(Olap obtusifolia De Wild.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	125,0			
Energie	KJ/100g	533,0			
Eau	g/100g	65,7			1
Protéines	g/100g	0,9			1
Lipides totaux	g/100g	0,9			1
Glucides disponibles	g/100g	30,3			
Fibre brute	g/100g	0,5			1

Orange d'Afrique de l'Ouest; pulpe**13073**Orange, sweet, West African; pulp
(*Citrus sinensis* (L.) Osb.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,7			
Energie	Kcal/100g	34,0			
Energie	KJ/100g	145,0			
Eau	g/100g	87,9	85,0	90,0	8
Protéines	g/100g	0,6	0,6	0,8	6
Lipides totaux	g/100g	0,3	tr	0,4	6
Glucides disponibles	g/100g	7,7			
Fibre alimentaire	g/100g	1,8			
Sodium	mg/100g	2,0			
Potassium	mg/100g	150,0			
Calcium	mg/100g	27,0	22,0	30,0	7
Magnésium	mg/100g	11,0			1
Fer	mg/100g	0,15	0,1	0,2	2
Phosphore	mg/100g	19,0			7
Eq. β carotène	µg/100g	120,0			
Vitamine E	mg/100g	0,24			
Vitamine C	mg/100g	52,0	27,0	66,0	4
Thiamine	mg/100g	0,1			
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,03	0,05	5
Niacine	mg/100g	0,2			4
Vitamine B6	mg/100g	0,05			
Folates totaux	µg/100g	30,0			
Biotine	µg/100g	1,6			

Orange de brousse; pulpe***13567**

Kaffir orange; pulp*

(Strychnos spinosa Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5			2
Energie	Kcal/100g	74,0			
Energie	KJ/100g	313,0			
Eau	g/100g	79,7	65,4	90,5	5
Protéines	g/100g	1,6	1,2	2,0	2
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,1	1,0	2
Glucides disponibles	g/100g	16,5			
Fibre brute	g/100g	0,6			1
Calcium	mg/100g	28,0	16,0	42,0	3
Fer	mg/100g	0,7			1
Phosphore	mg/100g	42,0			1
Vitamine C	mg/100g	18,0	12,0	24,0	2
Thiamine	mg/100g	0,11	0,06	0,17	2
Riboflavine	mg/100g	0,17	0,16	0,18	2
Niacine	mg/100g	1,9			1

* Peau et pépins sont toxiques. Peel and pips are toxic.

Palmier doum; farine du péricarpe**13568**Dum palm; flour from pericarp
(*Hyphaene thebaica* (L.) Mart.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	258,0			
Energie	KJ/100g	1099,0			
Eau	g/100g	10,7			1
Protéines	g/100g	2,6			1
Lipides totaux	g/100g	0,4			1
Glucides disponibles	g/100g	65,0			
Fibre brute	g/100g	14,0			1
Calcium	mg/100g	68,0			1
Fer	mg/100g	20,0			1
Thiamine	mg/100g	0,05			1
Riboflavine	mg/100g	0,1			1
Niacine	mg/100g	3,4			1

Pamorose; pulpe et peau**13074**Water apple; pulp and skin
(*Eugenia aqua*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,89			
Energie	Kcal/100g	25,0			
Energie	KJ/100g	108,0			
Eau	g/100g	90,5	87,0	94,0	2
Protéines	g/100g	0,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,15			1
Glucides disponibles	g/100g	6,0			
Fibre alimentaire	g/100g	2,7			1
Calcium	mg/100g	6,0			1
Fer	mg/100g	0,8			1
Phosphore	mg/100g	7,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	0,0			1
Vitamine C	mg/100g	4,0			1
Thiamine	mg/100g	0,0			1
Riboflavine	mg/100g	0,02			1
Niacine	mg/100g	0,44			1

Parinaire; pulpe**13570**

Parinarium; pulp

(Parinari excelsa Sabine)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	52,0			
Energie	KJ/100g	219,0			
Eau	g/100g	71,0	66,4	79,0	5
Protéines	g/100g	1,7	1,2	2,2	5
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,2	0,5	5
Glucides disponibles	g/100g	11,2			
Fibre alimentaire	g/100g	14,9			1
Sodium	mg/100g	15,0			1
Calcium	mg/100g	60,0	37,0	95,0	5
Fer	mg/100g	1,5	1,2	1,7	4
Phosphore	mg/100g	27,0	19,0	29,0	5
Eq. β carotène	μ g/100g	290,0			2
Vitamine C	mg/100g	31,0			2

Parinaire mobola; fruit**13571**

Mobola plum; fruit

(Parinari curatellifolia Planch. ex Benth.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5			3
Energie	Kcal/100g	106,0			
Energie	KJ/100g	451,0			
Eau	g/100g	70,8			1
Protéines	g/100g	0,7			1
Lipides totaux	g/100g	0,1			1
Glucides disponibles	g/100g	27,2			
Fibre brute	g/100g	0,8			1
Vitamine C	mg/100g	64,0			3

Paullinia; arille**13572**

Paullinia; aril

(Paullinia pinnata L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	64,0			
Energie	KJ/100g	273,0			
Eau	g/100g	83,0			1
Protéines	g/100g	0,7			1
Lipides totaux	g/100g	0,6			1
Glucides disponibles	g/100g	14,9			
Fibre brute	g/100g	0,3			1
Calcium	mg/100g	4,0			1
Phosphore	mg/100g	171,0			1

Pêche africaine; fruit entier**13530**Peach, african; whole fruit
(*Nauclea latifolia Sm.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	39,0			
Energie	KJ/100g	168,0			
Eau	g/100g	73,3	71,5	75,1	2
Protéines	g/100g	1,7	1,5	1,9	2
Lipides totaux	g/100g	0,2	tr	0,4	2
Glucides disponibles	g/100g	8,2	7,6	8,8	2
Amidon	g/100g	0,6	0,5	0,7	2
Fibre alimentaire	g/100g	15,4			
Potassium	mg/100g	448,0	422,0	474,0	2
Calcium	mg/100g	76,0	73,0	78,0	2
Magnésium	mg/100g	47,0	40,0	54,0	2
Fer	mg/100g	1,4	1,3	1,4	2
Eq. β carotène	µg/100g	974,0	694,0	1254,0	2
Vitamine C	mg/100g	38,0	35,8	40,1	2
Thiamine	mg/100g	0,1	0,1	0,11	2
Riboflavine	mg/100g	0,06			2
Niacine	mg/100g	1,09	1,07	1,11	2

Poire du Sénégal; immature**13573**

Bushmango; immature

(Cordyla pinnata (Lepr. ex A. Rich.) Mil.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	65,0			
Energie	KJ/100g	279,0			
Eau	g/100g	80,9			1
Protéines	g/100g	2,3			1
Lipides totaux	g/100g	0,2			1
Glucides disponibles	g/100g	14,5			
Fibre brute	g/100g	1,5			1
Calcium	mg/100g	23,0			1
Phosphore	mg/100g	126,0			1
Vitamine C	mg/100g	93,0			1

Poire du Sénégal; mûre**13574**

Bushmango; mature

(Cordia pinnata (Lepr. ex A. Rich.) Mil.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,47			1
Energie	Kcal/100g	69,0			
Energie	KJ/100g	295,0			
Eau	g/100g	80,0			5
Protéines	g/100g	1,4			5
Lipides totaux	g/100g	0,1			5
Glucides disponibles	g/100g	16,7			
Fibre brute	g/100g	1,1			5
Calcium	mg/100g	29,0			5
Fer	mg/100g	1,8			5
Phosphore	mg/100g	142,0			5
Eq. β carotène	μ g/100g	310,0			5
Vitamine C	mg/100g	74,0			6
Thiamine	mg/100g	0,02			5
Niacine	mg/100g	0,8			5

Poire du Sénégal; séchée**13575**

Bushmango; dried

(Cordia pinnata (Lepr. ex A. Rich.) Mil.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	11,2			1
Protéines	g/100g	8,8			1
Lipides totaux	g/100g	1,0			1

Pombi; pulpe**13502**

Anonidium; pulp

(Anonidium mannii (Oliv) Engl. & Diels.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,32			1
Energie	Kcal/100g	27,0			
Energie	KJ/100g	114,0			
Eau	g/100g	84,5	84,4	84,6	2
Protéines	g/100g	2,1	2,0	2,2	2
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,5	0,7	2
Glucides disponibles	g/100g	3,5	3,1	4,0	2
Fibre alimentaire	g/100g	6,0			1
Sodium	mg/100g	14,0	5,0	22,0	2
Potassium	mg/100g	198,0			1
Calcium	mg/100g	15,0	14,0	16,0	2
Phosphore	mg/100g	25,0	23,0	26,0	2

Pomme de cajou; pulpe**13075**

Cashew apple; pulp

(Anacardium occidentale L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		1,0			
Energie	Kcal/100g	48,0			
Energie	KJ/100g	203,0			
Eau	g/100g	86,2	83,8	89,9	23
Protéines	g/100g	0,9	0,8	1,1	23
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,2	1,1	22
Glucides disponibles	g/100g	10,6			
Fibre brute	g/100g	1,5			9
Sodium	mg/100g	6,0	6,0	7,0	2
Potassium	mg/100g	130,0	110,0	150,0	2
Calcium	mg/100g	8,0	5,0	13,0	21
Magnésium	mg/100g	10,0			1
Fer	mg/100g	1,2	0,4	1,5	23
Phosphore	mg/100g	31,0	10,0	49,0	25
Eq. β carotène	μ g/100g	494,0	50,0	760,0	19
Vitamine C	mg/100g	218,0	147,0	400,0	68
Thiamine	mg/100g	0,03	0,01	0,03	21
Riboflavine	mg/100g	0,12	0,01	0,24	21
Niacine	mg/100g	0,36	0,13	0,5	20
Acide Panthoténique	mg/100g	0,1	0,1	0,11	2

Pomme de Cythère**13576**

Ambarella

(Spondias cytherea Sonn.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,71			
Energie	Kcal/100g	44,0			
Energie	KJ/100g	187,0			
Eau	g/100g	87,2	86,9	87,5	2
Protéines	g/100g	0,4	0,2	0,6	2
Lipides totaux	g/100g	0,1			1
Glucides disponibles	g/100g	11,0			
Fibre alimentaire	g/100g	1,0			2
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	93,0			1
Calcium	mg/100g	55,0			1
Fer	mg/100g	0,3			1
Phosphore	mg/100g	65,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	200,0			1
Vitamine C	mg/100g	35,0			1
Thiamine	mg/100g	0,05			1
Riboflavine	mg/100g	0,02			1
Niacine	mg/100g	1,4			1
Folates totaux	μ g/100g	7,0			1

Pomme du Cayor; fruit**13577**

Gingerbread plum; fruit

(Parinari macrophylla Sabine)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,4			10
Energie	Kcal/100g	140,0			
Energie	KJ/100g	596,0			
Eau	g/100g	59,6			10
Protéines	g/100g	1,4			10
Lipides totaux	g/100g	0,1			10
Glucides disponibles	g/100g	35,5			
Fibre brute	g/100g	2,4			10
Calcium	mg/100g	42,0			10
Fer	mg/100g	1,7			10
Phosphore	mg/100g	54,0			10
Eq. β carotène	μ g/100g	40,0			10
Vitamine C	mg/100g	95,0			10
Thiamine	mg/100g	0,03			10
Riboflavine	mg/100g	0,08			10
Niacine	mg/100g	0,7			10

Pomme étoile; peau**13578**

White apple; skin

(Chrysophyllum albidum L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	152,0			
Energie	KJ/100g	641,0			
Eau	g/100g	58,9	57,7	60,1	6
Protéines	g/100g	2,5	2,4	2,6	6
Lipides totaux	g/100g	5,1	4,8	5,4	6
Glucides disponibles	g/100g	25,6			
Fibre brute	g/100g	6,0	5,9	6,0	6
Sodium	mg/100g	5,0			2
Potassium	mg/100g	483,0			2
Calcium	mg/100g	103,0			2
Magnésium	mg/100g	37,0			2
Fer	mg/100g	82,0			2
Cuivre	mg/100g	0,8			2
Zinc	mg/100g	1,6			2
Phosphore	mg/100g	32,0			2
Eq. β carotène	μ g/100g	14,0	13,0	15,0	4
Vitamine C	mg/100g	98,0	96,0	100,0	4
Ac. Oxalique	mg/100g	87,0	81,0	92,0	4
Ac. Phytique	mg/100g	0,3	0,2	0,4	4

Pomme étoile; pulpe**13579**

White apple; pulp

(Chrysothymus albidum L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	139,0			
Energie	KJ/100g	587,0			
Eau	g/100g	67,5	65,0	70,0	6
Protéines	g/100g	2,9	2,6	3,2	6
Lipides totaux	g/100g	4,9	4,7	5,1	6
Glucides disponibles	g/100g	22,3			
Fibre brute	g/100g	1,3	1,2	1,4	6
Sodium	mg/100g	3,0			2
Potassium	mg/100g	382,0			2
Calcium	mg/100g	32,0			2
Magnésium	mg/100g	24,0			2
Fer	mg/100g	3,0			2
Cuivre	mg/100g	0,6			2
Zinc	mg/100g	1,0			2
Phosphore	mg/100g	25,0			2
Eq. β carotène	μ g/100g	5,0	2,7	7,5	4
Vitamine C	mg/100g	117,0	7,0	147,0	5
Ac. Oxalique	mg/100g	54,0	51,0	57,0	4
Ac. Phytique	mg/100g	0,5	0,4	0,6	4

Pomme malac**13580**

Mountain apple

(Syzygium malaccense L. M. & Per.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,77	0,76	0,8	5
Energie	Kcal/100g	17,0			
Energie	KJ/100g	72,0			
Eau	g/100g	91,0	90,9	91,4	5
Protéines	g/100g	0,6	0,5	0,6	5
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,1	0,1	5
Glucides disponibles	g/100g	3,6			
Fibre brute	g/100g	0,8	0,7	1,0	5
Sodium	mg/100g	2,0			1
Potassium	mg/100g	120,0			1
Calcium	mg/100g	9,0	6,0	18,0	5
Fer	mg/100g	0,4	0,4	0,4	5
Phosphore	mg/100g	15,0	12,0	16,0	5
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			2
Vitamine C	mg/100g	14,0	13,0	17,0	5
Thiamine	mg/100g	0,03	0,03	0,03	5
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	5
Niacine	mg/100g	0,28	0,2	0,3	5

Pomme de Mamey; pulpe**13076**

Mamey; pulp

(Mammea americana L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,6			3
Energie	Kcal/100g	49,0			
Energie	KJ/100g	209,0			
Eau	g/100g	86,2			
Protéines	g/100g	0,5			
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,2	0,5	
Glucides disponibles	g/100g	11,6			
Fibre brute	g/100g	1,0			
Sodium	mg/100g	15,0			1
Potassium	mg/100g	47,0			1
Calcium	mg/100g	12,0	11,0	13,0	3
Fer	mg/100g	0,6	0,4	0,7	3
Phosphore	mg/100g	11,0			
Eq. β carotène	μ g/100g	140,0	100,0	180,0	3
Vitamine C	mg/100g	14,0	4,0	22,0	3
Thiamine	mg/100g	0,02	0,02	0,03	3
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,04	0,05	3
Niacine	mg/100g	0,4			3
Acide Panthoténique	mg/100g	0,1			1

Pomme rose**13581**

Roseapple

(Syzygium jambos (L.) Alst.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,72			5
Energie	Kcal/100g	31,0			
Energie	KJ/100g	131,0			
Eau	g/100g	85,1	79,0	93,0	7
Protéines	g/100g	0,66	0,4	0,7	7
Lipides totaux	g/100g	0,25			7
Glucides disponibles	g/100g	6,9			
Fructose	g/100g	2,0			
Glucose	g/100g	3,0			
Saccharose	g/100g	1,9			
Fibre brute	g/100g	1,2	0,2	1,4	6
Sodium	mg/100g	1,0	0,0	2,0	2
Potassium	mg/100g	223,0	184,0	262,0	2
Calcium	mg/100g	30,0	6,0	36,0	7
Magnésium	mg/100g	19,0			1
Fer	mg/100g	0,52	0,1	1,5	7
Cuivre	mg/100g	0,03			1
Zinc	mg/100g	0,13			1
Phosphore	mg/100g	14,0	7,0	24,0	7
Eq. β carotène	μ g/100g	222,0	0,0	460,0	8
Vitamine C	mg/100g	33,0	13,0	47,0	8
Thiamine	mg/100g	0,02	0,02	0,04	6
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,01	0,06	5
Niacine	mg/100g	0,81	0,3	1,7	4
Folates totaux	μ g/100g	6,0			1

Prune noire; pulpe**13583**

Black plum; pulp

(Vitex doniana Sweet.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,49			
Energie	Kcal/100g	104,0			
Energie	KJ/100g	443,0			
Eau	g/100g	70,5	59,5	73,6	9
Protéines	g/100g	0,7	0,6	0,8	7
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,1	1,3	7
Glucides disponibles	g/100g	26,0			
Fibre brute	g/100g	1,3			5
Potassium	mg/100g	657,0	647,0	668,0	2
Calcium	mg/100g	18,0	17,0	18,0	2
Magnésium	mg/100g	15,0	15,0	15,0	2
Fer	mg/100g	0,7	0,6	0,8	2
Eq. β carotène	µg/100g	tr	tr	tr	2
Vitamine C	mg/100g	7,0	0,0	16,0	8
Thiamine	mg/100g	0,06	0,02	0,14	6
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,02	0,02	2
Niacine	mg/100g	0,4	0,32	0,49	2

Pseudospondias; pulpe, sans noyau, sans peau**13584**

Pseudospondias; pulp

(Pseudospondias longifolia Engl.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,91			1
Energie	Kcal/100g	21,0			
Energie	KJ/100g	88,0			
Eau	g/100g	76,0	73,7	80,0	5
Protéines	g/100g	1,3	0,7	2,0	2
Lipides totaux	g/100g	0,6	0,2	1,1	2
Glucides disponibles	g/100g	2,7	1,3	4,6	
Fibre brute	g/100g	7,0			1
Sodium	mg/100g	18,0			1
Potassium	mg/100g	503,0			3
Calcium	mg/100g	44,0			3
Magnésium	mg/100g	21,0	20,0	21,0	2
Fer	mg/100g	1,1	0,9	1,3	2
Phosphore	mg/100g	17,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	tr	tr	tr	2
Vitamine C	mg/100g	8,0	3,0	13,0	2
Thiamine	mg/100g	0,2	0,1	0,2	2
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	2
Niacine	mg/100g	1,2	1,1	1,2	2

Raisin pahouin; pulpe**13585**Trichoscypha; pulp
(*Trichoscypha spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,65			1
Energie	Kcal/100g	30,0			
Energie	KJ/100g	125,0			
Eau	g/100g	83,8	81,0	85,5	5
Protéines	g/100g	0,63	0,4	0,7	5
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,3	0,9	4
Glucides disponibles	g/100g	6,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	8,8			
Calcium	mg/100g	22,0	3,0	42,0	2
Fer	mg/100g	2,0	0,9	2,5	4
Phosphore	mg/100g	31,0	3,0	60,0	2
Vitamine C	mg/100g	75,0	72,0	80,0	4

Ramboutan; pulpe**13077**

Ramboutan; pulp

(Nephelium lappaceum L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,41	0,39	0,42	5
Energie	Kcal/100g	67,0			
Energie	KJ/100g	284,0			
Eau	g/100g	80,9	79,2	82,9	6
Protéines	g/100g	1,0	0,7	1,1	5
Lipides totaux	g/100g	0,3	0,1	0,5	5
Glucides disponibles	g/100g	16,0			
Fructose	g/100g	3,0			
Glucose	g/100g	2,8			
Saccharose	g/100g	10,2			
Amidon	g/100g	0,0			
Fibre alimentaire	g/100g	2,0	1,3	2,9	5
Sodium	mg/100g	1,0	1,0	2,0	3
Potassium	mg/100g	113,0	64,0	150,0	4
Calcium	mg/100g	14,0	3,0	25,0	4
Magnésium	mg/100g	12,0	10,0	14,0	2
Fer	mg/100g	1,0	0,1	1,9	2
Zinc	mg/100g	0,6			1
Phosphore	mg/100g	11,0	6,0	15,0	4
Eq. β carotène	µg/100g	0,0			
Vitamine C	mg/100g	51,0	30,0	78,0	5
Thiamine	mg/100g	0,02	0,01	0,04	5
Riboflavine	mg/100g	0,06	0,05	0,07	4
Niacine	mg/100g	0,6	0,4	0,8	4
Folates totaux	µg/100g	24,0			1

Rônier; fruit, pulpe**13586**

African fan palm; pulp

(Borassus aethiopum Mart.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	37,0			
Energie	KJ/100g	160,0			
Eau	g/100g	87,6	82,8	93,0	5
Protéines	g/100g	0,8	0,5	1,2	5
Lipides totaux	g/100g	0,1	0,05	0,2	5
Glucides disponibles	g/100g	8,9			5
Fibre brute	g/100g	2,0	0,2	4,3	4
Sodium	mg/100g	1,0			1
Potassium	mg/100g	54,0			1
Calcium	mg/100g	27,0	10,0	77,0	5
Fer	mg/100g	1,0			4
Phosphore	mg/100g	30,0	4,0	45,0	5
Vitamine C	mg/100g	4,0	1,0	5,0	4
Thiamine	mg/100g	0,04	0,02	0,07	5
Riboflavine	mg/100g	0,02	0,01	0,04	5
Niacine	mg/100g	0,33	0,2	0,5	5

Rubus africain; fruit**13587**

Rubus; fruit

(Rubus pinnatus Willd. var. afrotropicus Engl.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	65,0			
Energie	KJ/100g	277,0			
Eau	g/100g	84,4			1
Protéines	g/100g	1,4			1
Lipides totaux	g/100g	1,9			1
Glucides disponibles	g/100g	11,4			1
Fibre brute	g/100g	0,2			1
Calcium	mg/100g	144,0			1
Fer	mg/100g	7,8			1
Phosphore	mg/100g	34,0			1

Saba du Sénégal; fruit**13588**

Gumvine; fruit

(Saba senegalensis (A. DC.) Pichon)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,28			1
Energie	Kcal/100g	70,0			
Energie	KJ/100g	296,0			
Eau	g/100g	80,0			3
Protéines	g/100g	0,8			2
Lipides totaux	g/100g	0,2			2
Glucides disponibles	g/100g	17,2			
Fibre brute	g/100g	1,3			2
Calcium	mg/100g	51,0			2
Fer	mg/100g	1,0			2
Phosphore	mg/100g	28,0			2
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			1
Vitamine C	mg/100g	48,0			2
Thiamine	mg/100g	0,2	0,15	0,2	3
Riboflavine	mg/100g	0,03	0,02	0,03	3
Niacine	mg/100g	0,5			3
Vitamine B6	mg/100g	0,02			1

Safou; pulpe crue**13589**

Bushbutter; pulp, raw

(Dacryodes edulis (G. Don.) H.J. Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	234,0			
Energie	KJ/100g	966,0			
Eau	g/100g	59,0	51,5	67,2	4
Protéines	g/100g	4,0	2,5	7,0	4
Lipides totaux	g/100g	22,1	18,4	25,9	4
Glucides disponibles	g/100g	5,0			1
Fibre alimentaire	g/100g	8,7			
Sodium	mg/100g	6,0			1
Potassium	mg/100g	443,0			1
Calcium	mg/100g	64,0	16,0	108,0	4
Fer	mg/100g	0,8	0,3	1,4	2
Phosphore	mg/100g	68,0	36,0	82,0	4
Vitamine C	mg/100g	19,6	15,0	27,0	12

Safou; pulpe cuite à l'eau**13590**

Bushbutter

(Dacryodes edulis (G. Don.) H.J. Lam.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	324,0			
Energie	KJ/100g	1342,0			
Eau	g/100g	53,3	51,0	55,0	5
Protéines	g/100g	11,2	10,3	12,1	5
Lipides totaux	g/100g	29,4	27,1	30,4	5
Glucides disponibles	g/100g	4,01			
Fibre brute	g/100g	0,65	0,5	0,9	5
Potassium	mg/100g	617,0	467,0	934,0	5
Calcium	mg/100g	65,0	47,0	93,0	5
Magnésium	mg/100g	140,0	93,0	2055,0	5
Cuivre	mg/100g	0,93	0,9	1,4	5
Vitamine C	mg/100g	11,0			

Salacia; pulpe**13591**Salacia; pulp
(*Salacia spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,31	0,18	0,5	4
Energie	Kcal/100g	81,0			
Energie	KJ/100g	346,0			
Eau	g/100g	77,8	65,0	83,7	5
Protéines	g/100g	1,0	0,4	3,2	5
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,0	1,0	4
Glucides disponibles	g/100g	20,1	18,8	21,3	2
Amidon	g/100g	0,2	0,1	0,3	2
Fibre alimentaire	g/100g	0,3			
Potassium	mg/100g	120,0	26,0	172,0	3
Calcium	mg/100g	22,0	9,0	121,0	4
Magnésium	mg/100g	8,0	7,0	8,0	2
Fer	mg/100g	1,7	0,2	4,2	4
Phosphore	mg/100g	21,0	18,0	24,0	2
Eq. β carotène	µg/100g	tr			3
Vitamine C	mg/100g	5,0	2,0	7,0	3
Thiamine	mg/100g	0,04	0,03	0,04	3
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,04	0,05	2
Niacine	mg/100g	1,0	0,9	1,1	2

Santiria; fruit, pulpe**13505**

Santiria; fruit, pulp

(Santiria trimeria (Oliv.) Aubr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	80,8	80,6	81,0	3
Protéines	g/100g	1,3			3
Lipides totaux	g/100g	1,2	1,2	1,3	3
Calcium	mg/100g	46,0	45,0	48,0	3
Fer	mg/100g	5,0	4,0	5,0	3
Vitamine C	mg/100g	22,0	20,0	33,0	

Sapote; fruit**13592**

Mammey sapote; fruit

(Calocarpum sapota (Jacq.) Merr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,73	0,71	0,74	3
Energie	Kcal/100g	92,0			
Energie	KJ/100g	391,0			
Eau	g/100g	65,0	62,4	70,2	6
Protéines	g/100g	1,7	1,0	2,1	5
Lipides totaux	g/100g	0,4	0,3	0,6	5
Glucides disponibles	g/100g	21,7			
Fructose	g/100g	1,4			
Glucose	g/100g	3,4			
Saccharose	g/100g	16,9			
Fibre brute	g/100g	1,8	1,4	2,0	3
Sodium	mg/100g	9,0	4,0	16,0	5
Potassium	mg/100g	320,0	226,0	344,0	5
Calcium	mg/100g	34,0	22,0	40,0	3
Magnésium	mg/100g	30,0			1
Fer	mg/100g	1,0	0,9	1,0	3
Phosphore	mg/100g	23,0	14,0	28,0	3
Eq. β carotène	µg/100g	140,0	60,0	246,0	5
Vitamine C	mg/100g	22,0	20,0	23,0	3
Thiamine	mg/100g	0,02	0,01	0,02	3
Riboflavine	mg/100g	0,02			3
Niacine	mg/100g	1,7	1,4	2,0	3
Isoleucine	mg/gN	136,0			
Leucine	mg/gN	248,0			
Lysine	mg/gN	283,0			
Méthionine	mg/gN	47,0			
Phénylalanine	mg/gN	156,0			
Tyrosine	mg/gN	162,0			
Thréonine	mg/gN	171,0			
Tryptophane	mg/gN	68,0			
Valine	mg/gN	227,0			
Arginine	mg/gN	162,0			
Histidine	mg/gN	124,0			
Alanine	mg/gN	339,0			
Acide Aspartique	mg/gN	1568,0			
Acide Glutamique	mg/gN	637,0			
Glycocolle	mg/gN	168,0			
Proline	mg/gN	168,0			
Sérine	mg/gN	669,0			
Isoleucine	mg/100g	37,0			1
Leucine	mg/100g	67,0			1
Lysine	mg/100g	77,0			3
Méthionine	mg/100g	13,0			3
Phénylalanine	mg/100g	43,0			1
Tyrosine	mg/100g	44,0			1
Thréonine	mg/100g	47,0			1
Tryptophane	mg/100g	18,0			2
Valine	mg/100g	62,0			1

Sapote; fruit**13592**

Mammey sapote; fruit

(Calocarpum sapota (Jacq.) Merr.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Arginine	mg/100g	44,0			1
Histidine	mg/100g	34,0			1
Alanine	mg/100g	92,0			1
Acide Aspartique	mg/100g	427,0			1
Acide Glutamique	mg/100g	173,0			1
Glycocolle	mg/100g	46,0			1
Proline	mg/100g	46,0			1
Sérine	mg/100g	182,0			1

Sapotille; pulpe**13078**

Sapodilla; pulp

(Manilkara zapota (L.) Van Royen)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,7	0,62	0,8	20
Energie	Kcal/100g	68,0			
Energie	KJ/100g	288,0			
Eau	g/100g	77,0	74,0	79,3	8
Protéines	g/100g	0,46			6
Lipides totaux	g/100g	0,9			5
Glucides disponibles	g/100g	15,4			
Fructose	g/100g	4,9			
Glucose	g/100g	5,5			
Saccharose	g/100g	4,3			
Amidon	g/100g	0,7			
Fibre alimentaire	g/100g	5,9			4
Sodium	mg/100g	8,0	3,0	12,0	2
Potassium	mg/100g	186,0	142,0	193,0	3
Calcium	mg/100g	25,0	21,0	27,0	5
Magnésium	mg/100g	20,0			1
Fer	mg/100g	0,72	0,5	1,0	5
Phosphore	mg/100g	11,0	9,0	20,0	5
Eq. β carotène	µg/100g	35,0	20,0	50,0	5
Vitamine C	mg/100g	14,0	12,0	15,0	5
Thiamine	mg/100g	0,01	0,0	0,02	4
Riboflavine	mg/100g	0,02	tr	0,05	6
Niacine	mg/100g	0,22	0,2	0,3	6
Acide Panthoténique	mg/100g	0,26			1
Vitamine B6	mg/100g	0,04			1
Isoleucine	mg/gN	213,0			
Leucine	mg/gN	341,0			
Lysine	mg/gN	554,0			
Méthionine	mg/gN	43,0			
Phénylalanine	mg/gN	185,0			
Tyrosine	mg/gN	199,0			
Thréonine	mg/gN	170,0			
Tryptophane	mg/gN	71,0			
Valine	mg/gN	227,0			
Arginine	mg/gN	241,0			
Histidine	mg/gN	227,0			
Alanine	mg/gN	199,0			
Acide Aspartique	mg/gN	455,0			
Acide Glutamique	mg/gN	540,0			
Glycocolle	mg/gN	241,0			
Proline	mg/gN	511,0			
Sérine	mg/gN	256,0			
Isoleucine	mg/100g	16,0			
Leucine	mg/100g	25,0			
Lysine	mg/100g	41,0			
Méthionine	mg/100g	3,0			
Phénylalanine	mg/100g	14,0			
Tyrosine	mg/100g	15,0			

Sapotille; pulpe**13078**

Sapodilla; pulp

(Manilkara zapota (L.) Van Royen)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Thréonine	mg/100g	13,0			
Tryptophane	mg/100g	5,0			
Valine	mg/100g	17,0			
Arginine	mg/100g	19,0			
Histidine	mg/100g	17,0			
Alanine	mg/100g	15,0			
Acide Aspartique	mg/100g	33,0			
Acide Glutamique	mg/100g	40,0			
Glycocolle	mg/100g	19,0			
Proline	mg/100g	38,0			
Sérine	mg/100g	19,0			

Sorindeia du Katanga; pulpe**13594**

Sorindeia; pulp

(Sorindeia katangensis Van der Veken)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	144,0			
Energie	KJ/100g	609,0			
Eau	g/100g	65,7			1
Protéines	g/100g	1,3			1
Lipides totaux	g/100g	5,1			1
Glucides disponibles	g/100g	24,9			
Fibre brute	g/100g	0,6			1
Calcium	mg/100g	69,0			1
Fer	mg/100g	3,4			1
Phosphore	mg/100g	24,0			1

Strychnos (autres que l'orange de brousse); fruit**13595**

Strychnos (other than Kaffir orange); fruit

(Strychnos spp.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,41	0,4	0,42	3
Energie	Kcal/100g	93,0			
Energie	KJ/100g	395,0			
Eau	g/100g	73,5	64,3	79,7	6
Protéines	g/100g	0,5	0,1	1,6	3
Lipides totaux	g/100g	0,15	0,1	0,2	3
Glucides disponibles	g/100g	23,8			3
Fibre brute	g/100g	1,0	0,7	1,4	3
Calcium	mg/100g	12,0	11,0	16,0	3
Fer	mg/100g	16,0	9,0	34,0	3
Phosphore	mg/100g	28,0	6,0	61,0	3
Vitamine C	mg/100g	1,0			2

Swartzia; pulpe**13596**

Swartzia; pulp

(Swartzia fistuloides Harms)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,82			1
Energie	Kcal/100g	183,0			
Energie	KJ/100g	771,0			
Eau	g/100g	36,8			1
Protéines	g/100g	4,3			1
Lipides totaux	g/100g	6,1			1
Glucides disponibles	g/100g	29,5			1
Fibre brute	g/100g	10,4			1
Sodium	mg/100g	25,0			1
Calcium	mg/100g	70,0			1
Phosphore	mg/100g	51,0			1

Syzygium**13597**

Water berry

(Syzygium guineense (Willd.) D.C.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5			1
Energie	Kcal/100g	58,0			
Energie	KJ/100g	246,0			
Eau	g/100g	83,0	80,0	88,1	5
Protéines	g/100g	0,9	0,65	1,2	4
Lipides totaux	g/100g	0,7	0,4	1,1	4
Glucides disponibles	g/100g	12,8			
Fibre brute	g/100g	2,0	1,5	3,0	4
Calcium	mg/100g	61,0	12,0	120,0	3
Fer	mg/100g	2,3	0,8	5,0	3
Phosphore	mg/100g	41,0	22,0	94,0	3
Vitamine C	mg/100g	0,0			1

Tamarin; fruit immature, pulpe**13079**Tamarind; immature fruit, pulp
(*Tamarindus indica* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Eau	g/100g	80,0	78,0	81,0	3
Protéines	g/100g	2,3	2,0	3,4	4
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,2	3
Sodium	mg/100g	3,0			1
Potassium	mg/100g	308,0	50,0	316,0	3
Calcium	mg/100g	59,0	21,0	100,0	3
Magnésium	mg/100g	19,0			1
Fer	mg/100g	0,7			1
Phosphore	mg/100g	61,0	30,0	97,0	3
Eq. β carotène	μ g/100g	10,0			1
Vitamine C	mg/100g	10,0	3,0	20,0	3
Thiamine	mg/100g	0,3	0,15	0,4	3
Riboflavine	mg/100g	0,05	0,05	0,05	2
Niacine	mg/100g	0,4			1
Lysine	mg/gN	315,0			1
Méthionine	mg/gN	32,0			1
Tryptophane	mg/gN	41,0			1
Lysine	mg/100g	114,0			1
Méthionine	mg/100g	11,0			1
Tryptophane	mg/100g	15,0			1

Tamarin; fruit mûr, pulpe sèche**13080**Tamarind; mature fruit, dried pulp
(*Tamarindus indica* L.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,47	0,34	0,64	6
Energie	Kcal/100g	176,0			
Energie	KJ/100g	749,0			
Eau	g/100g	21,4	19,0	22,6	11
Protéines	g/100g	4,4	2,0	8,8	15
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,1	1,0	10
Glucides disponibles	g/100g	41,0	40,0	68,0	
Fibre brute	g/100g		1,5	18,3	12
Potassium	mg/100g	725,0	430,0	830,0	4
Calcium	mg/100g	122,0	74,0	170,0	6
Magnésium	mg/100g	70,0	58,0	92,0	3
Fer	mg/100g	3,1	1,0	6,9	12
Zinc	mg/100g	0,8			1
Phosphore	mg/100g	119,0	82,0	190,0	11
Eq. β carotène	μ g/100g	60,0	60,0	60,0	2
Vitamine C	mg/100g	5,0	0,0	18,0	14
Thiamine	mg/100g	0,3	0,2	0,4	9
Riboflavine	mg/100g	0,15	0,1	0,2	10
Niacine	mg/100g	1,8	0,1	2,6	15
Acide Panthoténique	mg/100g	0,16			1
Vitamine B6	mg/100g	0,07			1

Tamarinier blanc; pulpe**13598**

Velvet tamarind; pulp

(Dialium guineense Willd.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,17			2
Energie	Kcal/100g	285,0	0,13	0,21	
Energie	KJ/100g	1217,0			
Eau	g/100g	21,0	13,4	28,7	4
Protéines	g/100g	3,1			2
Lipides totaux	g/100g	0,2	0,1	0,4	2
Glucides disponibles	g/100g	72,3			
Fibre brute	g/100g	2,2			1
Potassium	mg/100g	554,0	455,0	653,0	2
Calcium	mg/100g	104,0	37,0	196,0	4
Magnésium	mg/100g	17,0	14,0	19,0	2
Fer	mg/100g	2,6	1,5	3,7	4
Phosphore	mg/100g	71,0			2
Eq. β carotène	µg/100g	tr			2
Vitamine C	mg/100g	11,0	tr	25,0	9
Thiamine	mg/100g	0,4	tr	1,14	6
Riboflavine	mg/100g	0,04	0,04	0,06	6
Niacine	mg/100g	0,72	tr	2,26	6
Vitamine B6	mg/100g	0,02			4

Thé de Gambie; fruit**13539**

Lantana; fruit

(Lantana camara)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,75			1
Energie	Kcal/100g	100,0			
Energie	KJ/100g	427,0			
Eau	g/100g	70,0	59,0	78,1	3
Protéines	g/100g	0,2			1
Lipides totaux	g/100g	0,6			1
Glucides disponibles	g/100g	25,1			1
Potassium	mg/100g	596,0	551,0	641,0	3
Calcium	mg/100g	43,0	21,0	65,0	3
Magnésium	mg/100g	37,0	37,0	37,0	2
Fer	mg/100g	2,1	1,9	2,3	3
Phosphore	mg/100g	21,0			1
Eq. β carotène	μ g/100g	606,0	545,0	667,0	2
Vitamine C	mg/100g	5,0	3,4	6,6	2
Thiamine	mg/100g	0,1	0,07	0,12	2
Riboflavine	mg/100g	0,1	0,09	0,12	2
Niacine	mg/100g	2,2	1,9	2,5	2

Uapaca; fruit**13600**Sugar plum, Wild loquat; fruit
(*Uapaca spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,5	0,38	0,72	3
Energie	Kcal/100g	46,0			
Energie	KJ/100g	196,0			
Eau	g/100g	71,3	50,0	84,0	10
Protéines	g/100g	1,0	0,1	2,4	9
Lipides totaux	g/100g	0,5	0,1	1,3	9
Glucides disponibles	g/100g	10,0	3,2	16,7	2
Fibre brute	g/100g	1,4	0,3	3,7	7
Sodium	mg/100g	20,0	10,0	30,0	2
Calcium	mg/100g	53,0	17,0	125,0	6
Fer	mg/100g	7,0	1,3	115,0	3
Phosphore	mg/100g	26,0	13,0	47,0	5
Vitamine C	mg/100g	2,0			4

Assam; pulpe**13601**

Uapaca; pulp

(Uapaca paludosa Aubr. & Leandri)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,39			1
Energie	Kcal/100g	61,0			
Energie	KJ/100g	259,0			
Eau	g/100g	63,5			2
Protéines	g/100g	1,2	0,5	1,9	2
Lipides totaux	g/100g	1,0	0,6	1,3	2
Glucides disponibles	g/100g	12,6	8,5	16,7	2
Fibre brute	g/100g	3,7			1
Sodium	mg/100g	32,0			1
Calcium	mg/100g	55,0			1
Phosphore	mg/100g	25,0			1

Vangueriopsis; fruit**13602**

Vangueriopsis; fruit

(Vangueriopsis lanciflora (Hiern) Robyns)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	80,0			
Energie	KJ/100g	342,0			
Eau	g/100g	78,0			1
Protéines	g/100g	0,4			1
Lipides totaux	g/100g	0,5			1
Glucides disponibles	g/100g	19,8			
Fibre brute	g/100g	0,5			1

Vitex; fruit**13603**Vitex; fruit
(*Vitex spp.*)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	105,0			
Energie	KJ/100g	449,0			
Eau	g/100g	69,2	59,0	73,0	10
Protéines	g/100g	0,6	0,1	0,8	10
Lipides totaux	g/100g	0,7	0,1	3,3	10
Glucides disponibles	g/100g	25,8			
Fibre brute	g/100g	2,4	1,3	9,7	8
Calcium	mg/100g	31,0	7,0	47,0	9
Fer	mg/100g	7,5	2,0	29,0	8
Phosphore	mg/100g	41,0	18,0	47,0	6
Eq. β carotène	μ g/100g	tr			
Vitamine C	mg/100g	7,0	0,0	16,0	8
Thiamine	mg/100g	0,06	0,02	0,14	6
Riboflavine	mg/100g	0,02			2
Niacine	mg/100g	0,41	0,32	0,5	2

Ximenia; fruit**13604**

Sourplum; fruit

(Ximenia caffra Sond)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Proportion comestible		0,49			3
Energie	Kcal/100g	111,0			
Energie	KJ/100g	471,0			
Eau	g/100g	68,6	66,4	75,0	4
Protéines	g/100g	0,3			1
Lipides totaux	g/100g	2,0			1
Glucides disponibles	g/100g	24,5			
Fibre brute	g/100g	3,1			1
Calcium	mg/100g	25,0			1
Fer	mg/100g	6,0			1
Phosphore	mg/100g	44,0			1
Vitamine C	mg/100g	46,0			3

Zanha africana; fruit**13605**

Zanha; fruit

(Zanha africana (Radlk.) Exell.)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	95,0			
Energie	KJ/100g	406,0			
Eau	g/100g	70,0			1
Protéines	g/100g	0,6			1
Lipides totaux	g/100g	0,45			1
Glucides disponibles	g/100g	23,7			
Fibre brute	g/100g	4,5			1
Calcium	mg/100g	27,0			1
Fer	mg/100g	6,0			1
Phosphore	mg/100g	36,0			1

Zanha gouloungensis; fruit**13606**

Zanha; fruit

(Zanha gouloungensis Hiern)

Constituants	Unité	Moy/Med	Minim	Maxim	Eff
Energie	Kcal/100g	83,0			
Energie	KJ/100g	352,0			
Eau	g/100g	77,2			1
Protéines	g/100g	0,5			1
Lipides totaux	g/100g	0,3			1
Glucides disponibles	g/100g	20,8			
Fibre brute	g/100g	0,7			1
Calcium	mg/100g	32,0			1
Fer	mg/100g	1,1			1
Phosphore	mg/100g	14,0			1

4. Index

Index des noms français

Abricot

Prunus armeniaca L.
sec, dénoyauté..... 1

Abricot de St Domingue
- voir Pomme de Mammey

Aframomum

Aframomum spp.
fruit, pulpe..... 88

Akee
- voir *Blighia sapida*

Ambor

Annona senegalensis Pers.
pulpe..... 89

Ananas

Ananas comosus (L.) Merr.
pulpe..... 3
jus, en conserve..... 4

Anone africaine
- voir Ambor

Antidesma

Antidesma vogelianum Müll. Arg.
fruit..... 90

Antrocaryon
- voir Gonyo

Arbouse

Arbutus unedo L.
..... 91

Arbre à baume
- voir Santiria

Arbre à encens

Canarium schweinfurthii Engl.
fruit, pulpe..... 92

Arbre à farine
- voir Néré

Assam

Uapaca paludosa Aubr. & Leandri
fruit..... 201
pulpe..... 202

Attanga
- voir Safou

Avocat

Persea americana Mill.
pulpe..... 5

Babaco

Carica pentagona Heilb
pulpe..... 7

Balsamier
- voir Santiria

Banane douce

Musa spp.
pulpe..... 8
séchée..... 10
pulpe déshydratée,
en rondelles ou en farine..... 11

Baobab

Adansonia digitata L.
fruit, pulpe..... 93
fruit, farine de pulpe..... 94

Barbadine

Passiflora quadrangularis L.
pulpe..... 13

Belwisia

Napoleonaea vogelii Hook. & Planch.
fruit, pulpe..... 95

Bibace

- voir Nèfle du Japon

Bibasse

- voir Nèfle du Japon

Blighia sapida

Blighia sapida Koenig
arille..... 96

Boscia

Boscia angustifolia A. Rich.
fruit..... 97

Bridelia

Bridelia duvigneaudii J. Léon.
fruit..... 98

Calebassier du Sénégal

- voir Baobab

Canne à sucre

Saccharum officinarum L.
moelle de la tige..... 14
jus..... 15

Canthium

Canthium crassum (Schweinf.) Hiern.
fruit..... 99

Carambole

Averrhoa carambola L.
pulpe..... 16

Carisse

Carissa edulis (Forssk.) Vahl
pulpe..... 100

Caroubier africain - voir Néré		Datte "Deglet-nour" <i>Phoenix dactylifera L.</i> pulpe et peau 29
Cerise Acerola - voir Cerise des Antilles		Datte du désert <i>Balanites aegyptiaca (L.) Del.</i> fraîche, pulpe et peau 105 sèche, pulpe et peau 106
Cerise carrée - voir Cerise-côte		Datte naine <i>Phoenix reclinata Jacq.</i> pulpe et peau 107
Cerise de Cayenne - voir Cerise-côte		Déta(r) <i>Detarium senegalense J.F. Gmel.</i> pulpe fraîche 108 pulpe sèche 109
Cerise des Antilles <i>Malpighia puniceifolia L.</i> pulpe 18 jus, frais 19		Detarium <i>Detarium macrocarpum Harms</i> pulpe 111
Cerise du Sénégal <i>Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.)</i> fruit 101		Dialion - voir Tamarinier blanc
Cerise-côte <i>Eugenia uniflora L.</i> pulpe 102		Dialium <i>Dialium sp. 2732</i> "arille" 112
Chérimole <i>Annona cherimola Lam.</i> pulpe 20		Dourian <i>Durio zibethinus Murr.</i> pulpe 113
Chrysophyllum bangweolense <i>Chrysophyllum bangweolense R.E.Fr.</i> fruit 103		Durio - voir Dourian
Cissus <i>Cissus spp.</i> fruit 104		Elemier - voir Arbre à encens
Citron <i>Citrus limon (L.) Burm. f.</i> pulpe 21 jus, frais 22 jus, en conserve 23		Eugenia capensis <i>Eugenia capensis</i> fruit 114
Citron vert - voir Lime		Eugenia <i>Syzygium spp.</i> fruit 115
Coeur de boeuf <i>Annona reticulata L.</i> pulpe 24		Fadogia <i>Fadogia triphylla Baker</i> fruit 116
Concombre porte-cornes - voir Kiwano		Fadogiella <i>Fadogiella manikensis (de Wild.) Robyns</i> fruit 117
Corossol écailléux - voir Pomme cannelle		Feijoa <i>Feijoa sellowiana Berg.</i> pulpe 30
Corossol épineux <i>Annona muricata L.</i> pulpe 25		Feretia <i>Feretia aeruginescens Stapf</i> fruit 118
Dankh <i>Detarium microcarpum Guill. & Perr.</i> pulpe sèche 110		Ficus iteophylle <i>Ficus thonningii Blume</i> fruit 119
Datte <i>Phoenix dactylifera L.</i> fraîche, pulpe et peau 26 sèche, pulpe et peau 27		

Ficus platyphylla	
<i>Ficus platyphylla</i> Del.	
fruit	120
Ficus, sauvages	
<i>Ficus</i> spp.	
fruits	122
Figue	
<i>Ficus carica</i> L.	
fraîche	31
sèche	33
Figue de Barbarie	
<i>Opuntia ficus-indica</i> (L.) Mill.	
pulpe et graine	123
pulpe sans graine	124
Figue sycomore	
<i>Ficus sycomorus</i> L.	
fruit	121
Finsan	
- voir Blighia sapida	
Fraise en arbre	
- voir Arbouse	
Fruit de la Passion	
<i>Passiflora edulis</i> Sims. var. <i>edulis</i>	
jus, frais	36
Fruit de la Passion	
(var. pourpre ou jaune)	
<i>Passiflora edulis</i> Sims. var. <i>edulis</i>	
pulpe et pépins	35
Gambeya de Lacour	
- voir Longhi	
Garcinia huillensis	
<i>Garcinia huillensis</i> Welw. ex Oliv.	
pulpe	125
Garcinie	
<i>Garcinia dulcis</i> Kurz.	
.....	126
Gonyo	
<i>Antrocaryon klaineianum</i> Pierre	
pulpe	127
Goyave	
<i>Psidium guajava</i> L.	
pulpe	37
Grain bouchon	
- voir Prune noire	
Grenade	
<i>Punica granatum</i> L.	
pulpe et pépins	39
jus	40
Greuvier	
<i>Grewia</i> spp.	
fruit, pulpe	128
Guarea	
<i>Guarea</i> spp.	
arille	129
Icaque	
<i>Chrysobalanus icaco</i> L.	
fruit	130
Jamboose	
- voir Pomme rose	
Jambosier rouge	
- voir Pomme malac	
Jamelac	
- voir Pomme malac	
Jamerose	
- voir Pomme rose	
Jaquier	
<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.	
pulpe	131
Jujube commun	
<i>Ziziphus ziziphus</i> (L.) Meikle	
frais, pulpe et peau	41
sec, pulpe et peau	42
Jujube d'Inde	
<i>Ziziphus mauritiana</i> Lam.	
frais, pulpe et peau	132
demi-sec	133
sec	134
Jujube de Palestine	
- voir Lotus du Coran	
Jujube masson	
- voir Jujube d'Inde	
Kaki	
<i>Diospyros kaki</i> L. f.	
pulpe	43
Kaki de brousse	
<i>Diospyros mespiliformis</i> Hochst. ex A. DC.	
fruit	135
Karité	
<i>Vitellaria paradoxa</i> C.F. Gaertn.	
péricarpe	136
Kiwano	
<i>Cucumis metuliferus</i> E. Mey. ex Naud.	
fruit, non spécifié	44
Kiwi	
<i>Actinidia sinensis</i> Planch.	
pulpe et graines	45
Kumquat	
<i>Fortunella margarita</i> (Lour.) S.	
écorce confite	46
fruit épépiné	47

Landolphia		Mandarine et Clémentine	
<i>Landolphia heudelotti</i> A. DC.		<i>Citrus reticulata</i>	
fruit.....	140	pulpe.....	52
Landolphia du Cap		Mangoustan du Malabar	
<i>Landolphia capensis</i>		<i>Garcinia mangostana</i> L.	
fruit.....	137	pulpe.....	54
Landolphia owariensis		Mangue	
<i>Landolphia owariensis</i> P. Beauv.		<i>Mangifera indica</i> L.	
pulpe.....	139	pulpe.....	55
Landolphia poilu		jus, en conserve.....	57
<i>Landolphia hirsuta</i> (Hua) Pichon		immature, pulpe.....	58
pulpe.....	138	immature, pulpe et peau.....	59
Lannea		Mangue du Gabon	
<i>Lannea edulis</i> Engl.		<i>Irvingia gabonensis</i>	
pulpe.....	141	(Aubry-Lecomte ex O'Rorke) Baill.	
Liane gohine		pulpe.....	151
- voir Landolphia		Mangue sauvage	
Lime		- voir Mangue du Gabon	
<i>Citrus aurantiifolia</i> (Christm.) Swingle.		Masson	
pulpe.....	48	- voir Jujube d'Inde	
jus, frais.....	49	Mimosa pourpre	
jus, en conserve.....	50	- voir Néré	
Limette		Mimusops zeyheri	
- voir Lime		<i>Mimusops zeyheri</i> Sond.	
Litchi		fruit.....	152
<i>Litchi chinensis</i> Sonn.		Mombin jaune	
pulpe.....	51	<i>Spondias mombin</i> L.	
Litchi chevelu		153
- voir Ramboutan		Mundou	
Longan		- voir Garcinie	
<i>Nephelium longanum</i> (Lam.) Cam.		Mûre (non spécifiée)	
pulpe.....	142	<i>Morus</i> spp.	
pulpe séchée		60
(sans coquille ni graine).....	144	Mûre noire	
Longhi		<i>Morus nigra</i> L.	
<i>Gambeya lacourtiana</i> (de Wild.) Aubr.		61
fruit, pulpe.....	146	Mvout	
Lotus du Coran		- voir Raisin pahouin	
<i>Ziziphus spina-christi</i> (L.) Desf.		Nèfle	
frais.....	147	<i>Mespilus germanica</i> L.	
sec.....	148	pulpe.....	62
Mafourère		Nèfle du Japon	
<i>Trichilia</i> spp.		<i>Eriobotrya japonica</i> (Thunb.) Lindl.	
arille séché.....	149	pulpe.....	63
Mafuli		Néré	
- voir Icaque		<i>Parkia</i> spp.	
Mammea africana		fruit, pulpe.....	154
<i>Mammea africana</i> Sabine		fruit, farine de pulpe, sèche.....	155
pulpe.....	150		
Mandarine			
<i>Citrus reticulata</i> Swingle			
jus, frais.....	53		

Noix de coco		
<i>Cocos nucifera</i> L.		
amande mûre, pulpe fraîche	64	
amande, pulpe sèche	66	
amande immature, pulpe fraîche	67	
eau	68	
Noix de coco, lait		
<i>Cocos nucifera</i> L.		
.....	69	
Nomeba		
<i>Dacryodes klaineana</i> (Pierre) H.J. Lam.		
pulpe	156	
Oïax		
<i>Oïax obtusifolia</i> De Wild.		
fruit	157	
Orange		
<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osb.		
pulpe	70	
jus, frais, non sucré	72	
jus, en conserve	73	
Orange d'Afrique de l'Ouest		
<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osb.		
pulpe	158	
Orange de brousse		
<i>Strychnos spinosa</i> Lam.		
pulpe	159	
Pain de singe		
- voir Baobab		
Palmier à sucre		
- voir Rônier		
Palmier doum		
<i>Hyphaene thebaica</i> (L.) Mart.		
fruit, pulpe séchée	160	
Pamrose		
<i>Eugenia aqua</i>		
pulpe et peau	161	
Pamplemousse (en langage courant)		
- voir Pomélo (dit Pamplemousse)		
Pamplemousse vrai		
<i>Citrus grandis</i> (L.) Osb.		
pulpe	74	
Papaye		
<i>Carica papaya</i> L.		
pulpe	75	
Papaye sans graine		
- voir Babaco		
Parinaire		
<i>Parinari excelsa</i> Sabine		
pulpe	162	
Parinaire mobola		
<i>Parinari curatellifolia</i> Planch. ex Benth.		
fruit	163	
Pastèque		
<i>Citrullus lanatus</i> (Thunb.) Matsum. & Nakai		
pulpe	77	
Paulinia		
<i>Paullinia pinnata</i> L.		
arille	164	
Pêche africaine		
<i>Nauclea latifolia</i> Sm.		
fruit entier	165	
Pitahaya		
<i>Hylocereus triangularis</i>		
pulpe	78	
Pitaya		
- voir Pitahaya		
Plaquemine		
- voir Kaki		
Poire de cire		
- voir Pomme malac		
Poire du Sénégal		
<i>Cordyla pinnata</i> (Lepr. ex A. Rich.) Mil.		
immature	166	
mûre	167	
séchée	168	
Pombi		
<i>Anonidium mannii</i> (Oliv) Engl. & Diels.		
pulpe	169	
Pomélo (dit Pamplemousse)		
<i>Citrus paradisi</i> MacFad.		
pulpe	79	
jus, frais, non sucré	80	
jus, en conserve	81	
Pomme cannelle		
<i>Annona squamosa</i> L.		
pulpe	82	
Pomme cannelle du Sénégal		
- voir Ambor		
Pomme de cajou		
<i>Anacardium occidentale</i> L.		
pulpe	170	
Pomme de Cythère		
<i>Spondias cytherea</i> Sonn.		
.....	171	
Pomme de Mammey		
<i>Mammea americana</i> L.		
pulpe	176	
Pomme du Cayor		
<i>Parinari macrophylla</i> Sabine		
fruit	172	
Pomme étoile		
<i>Chrysophyllum albidum</i> L.		
peau	173	
pulpe	174	

Ximenia*Ximenia caffra* Sond

fruit 205

Zanha africana*Zanha africana* (Radlk.) Exell.

fruit 206

Zanha gouloungensis*Zanha gouloungensis* Hiern

fruit 207

Index des noms anglais

- Abogado
- see Avocado
- Acerola**
Malpighia punicifolia L.
pulpe..... 18
jus, frais..... 19
- Aframomum**
Aframomum spp.
fruit, pulpe..... 88
- African fan palm**
Borassus aethiopum Mart.
fruit, pulpe..... 182
- African locust bean**
Parkia spp.
fruit, pulpe..... 154
fruit, farine de pulpe, sèche..... 155
- African mango**
Irvingia gabonensis
(*Aubry-Lecomte ex O'Rorke*) Baill.
pulpe..... 151
- African oak
- see Black plum
- Akee**
Blighia sapida Koenig
arille..... 96
- Alligator pear
- see Avocado
- Ambarella**
Spondias cytherea Sonn.
..... 171
- Annona
- see Soursop
- Anonidium**
Anonidium mannii (Oliv) Engl. & Diels.
pulpe..... 169
- Antidesma**
Antidesma vogelianum Müll. Arg.
fruit..... 90
- Antrocaryon**
Antrocaryon klaineanum Pierre
pulpe..... 127
- Apricot**
Prunus armeniaca L.
sec, dénoyauté..... 1
- Apricot, wild**
Landolphia capensis
fruit..... 137
- Arabian mummum
- see Wild plum
- Arbutus berry**
Arbutus unedo L.
..... 91
- Ashanti plum
- see Mombin, yellow
- Avocado**
Persea americana Mill.
pulpe..... 5
- Babaco**
Carica pentagona Heilb
pulpe..... 7
- Banana, common**
Musa spp.
pulpe..... 8
séchée..... 10
pulpe déshydratée,
en rondelles ou en farine..... 11
- Baobab tree
- see Monkey bread
- Barbados cherry
- see Acerola
- Barbary fig
- see Prickly pear
- Batavian orange
- see Orange, sweet
- Belwisia**
Napoleonaea vogelii Hook. & Planch.
fruit, pulpe..... 95
- Ber**
Ziziphus mauritiana Lam.
frais, pulpe et peau..... 132
demi-sec..... 133
sec..... 134
- Betu
- see Desert date
- Bitterwood**
Trichilia spp.
arille séché..... 149
- Bitu
- see Desert date
- Black mulberry**
Morus nigra L.
..... 61
- Black plum**
Vitex doniana Sweet.
pulpe..... 178
- Boscia**
Boscia angustifolia A. Rich.
fruit..... 97

Brazilian guava - see Feijoa		Coconut milk <i>Cocos nucifera</i> L.	69
Bridelia <i>Bridelia duvigneaudii</i> J. Léon. fruit	98	Cocoplum - see Icacó	
Broom druif - see Wild grape		Corazon - see Custard apple	
Bullock's heart - see Custard apple		Cork tree - see Mobola plum	
Bushbutter <i>Dacryodes edulis</i> (G. Don.) H.J. Lam. pulpe crue	185	Currants <i>Vitis vinifera</i> L.	83
pulpe cuite à l'eau	186	Custard apple <i>Annona reticulata</i> L. pulpe	24
Bushmango <i>Cordyla pinnata</i> (Lepr. ex A. Rich.) Mil. immature	166	Dacryodes <i>Dacryodes klaineana</i> (Pierre) H.J. Lam. pulpe	156
mûre	167	Date <i>Phoenix dactylifera</i> L. fraîche, pulpe et peau	26
séchée	168	sèche, pulpe et peau	27
Canthium <i>Canthium crassum</i> (Schweinf.) Hiern. fruit	99	Date "Deglet-nour" <i>Phoenix dactylifera</i> L. pulpe et peau	29
Carambola <i>Averrhoa carambola</i> L. pulpe	16	Datiro - see Watermelon	
Cashew apple <i>Anacardium occidentale</i> L. pulpe	170	Datock, Senegal <i>Detarium senegalense</i> J.F. Gmel. pulpe fraîche	108
Cherimoya <i>Annona cherimola</i> Lam. pulpe	20	pulpe sèche	109
Chicle - see Sapodilla		Datock, sweet <i>Detarium microcarpum</i> Guill. & Perr. pulpe sèche	110
Chinese gooseberry - see Kiwi fruit		Desert date <i>Balanites aegyptiaca</i> (L.) Del. fraîche, pulpe et peau	105
Christ's thorn <i>Ziziphus spina-christi</i> (L.) Desf. frais	147	sèche, pulpe et peau	106
sec	148	Detarium <i>Detarium macrocarpum</i> Harms pulpe	111
Chrysophyllum <i>Chrysophyllum bangweolense</i> R.E.Fr. fruit	103	Dialium <i>Dialium</i> sp. 2732 "arille"	112
Cissus <i>Cissus</i> spp. fruit	104	Dragon eyes - see Longan	
Civet - see Durian		Dum palm <i>Hyphaene thebaica</i> (L.) Mart. fruit, pulpe séchée	160
Coconut <i>Cocos nucifera</i> L. amande mûre, pulpe fraîche	64	Durian <i>Durio zibethinus</i> Murr. pulpe	113
amande, pulpe sèche	66		
amande immature, pulpe fraîche	67		
eau	68		

Edible seed melon	
- see Watermelon	
Egyptian myrobolan	
- see Desert date	
Egyptian sycamore	
- see Sycamore fig	
Equisi	
- see Watermelon	
Eugenia capensis	
<i>Eugenia capensis</i>	
fruit	114
Eugenia	
<i>Syzygium spp.</i>	
fruit	115
Fadogia	
<i>Fadogia triphylla Baker</i>	
fruit	116
Fadogiella	
<i>Fadogiella manikensis (de Wild.) Robyns</i>	
fruit	117
Fat prof	
- see Icaco	
Feijoa	
<i>Feijoa sellowiana Berg.</i>	
pulpe.....	30
Feresia	
<i>Feretia aeruginescens Stapf</i>	
fruit	118
Ficus iteophylla	
<i>Ficus thonningii Blume</i>	
fruit	119
Ficus platyphylla	
<i>Ficus platyphylla Del.</i>	
fruit	120
Ficus, wild	
<i>Ficus spp.</i>	
fruits	122
Fig	
<i>Ficus carica L.</i>	
fraîche	31
sèche	33
Garcinia	
<i>Garcinia huillensis Welw. ex Oliv.</i>	
pulpe.....	125
Giant granadilla	
<i>Passiflora quadrangularis L.</i>	
pulpe.....	13
Gingerbread palm	
- see Dum palm	
Gingerbread plum	
<i>Parinari macrophylla Sabine</i>	
fruit	172
Golden apple	
- see Mombin, yellow	
Granadillas	
- see Passion fruit	
Grapefruit	
<i>Citrus paradisi MacFad.</i>	
pulpe.....	79
jus, frais, non sucré	80
jus, en conserve.....	81
Gray plum	
- see Parinarium	
Grewia	
<i>Grewia spp.</i>	
fruit, pulpe.....	128
Guarea	
<i>Guarea spp.</i>	
arille.....	129
Guava	
<i>Psidium guajava L.</i>	
pulpe.....	37
Guinea gumvine	
- see Landolphia	
Gumvine	
<i>Saba senegalensis (A. DC.) Pichon</i>	
fruit	184
Hairy lychee	
- see Rambutan	
Hissing tree	
- see Mobola plum	
Hog plum	
- see Mombin, yellow	
Icaco	
<i>Chrysobalanus icaco L.</i>	
fruit	130
Incense tree	
- see Papo canary tree	

- Indian cherry
- see Ber
- Indian fig
- see Prickly pear
- Indian jujube
- see Ber
- Indian mango
- see Mango
- Indian plum
- see Ber
- Jackfruit**
Artocarpus heterophyllus Lam.
pulpe..... 131
- Jakfruit
- see Jackfruit
- Jamaica apple
- see Custard apple
- Jaman
- see Roseapple
- Jambos
- see Roseapple
- Jamrosade
- see Roseapple
- Jamrose
- see Roseapple
- Japanese medlar
- see Loquat
- Japanese persimmon**
Diospyros kaki L. f.
pulpe..... 43
- Jericho balsam
- see Desert date
- Jujube, common**
Ziziphus ziziphus (L.) Meikle
frais, pulpe et peau 41
sec, pulpe et peau 42
- Kaffir orange**
Strychnos spinosa Lam.
pulpe..... 159
- Kaffir melon
- see Watermelon
- Kaki persimmon
- see Japanese persimmon
- Kiwano**
Cucumis metuliferus E. Mey. ex Naud.
fruit, non spécifié 44
- Kiwi fruit**
Actinidia sinensis Planch.
pulpe et graines 45
- Kurna
- see Christ's thorn
- Landolphia capensis**
- see Apricot, wild
- Landolphia hairy**
Landolphia hirsuta (Hua) Pichon
pulpe 138
- Landolphia owariensis**
Landolphia owariensis P. Beauv.
pulpe 139
- Landolphia**
Landolphia heudelotti A. DC.
fruit 140
- Lantana**
Lantana camara
fruit 200
- Lemon**
Citrus limon (L.) Burm. f.
pulpe 21
jus, frais 22
jus, en conserve 23
- Lime**
Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle.
pulpe 48
jus, frais 49
jus, en conserve 50
- Litchi**
Litchi chinensis Sonn.
pulpe 51
- Longan**
Nephelium longanum (Lam.) Cam.
pulpe 142
pulpe séchée (sans coquille ni graine) 144
- Longhi**
Gambeya lacourtiana (de Wild.) Aubr.
fruit, pulpe 146
- Loose-skinned orange
- see Tangerine
- Loquat**
Eriobotrya japonica (Thunb.) Lindl.
pulpe 63
- Lychee
- see Litchi
- Mamey**
Mammea americana L.
pulpe 176
- Mammea**
Mammea africana Sabine
pulpe 150
- Mammey sapote**
Calocarpum sapota (Jacq.) Merr.
fruit 189

Mammiapple		Mulberry fig	
- see Mamey		- see Sycamore fig	
Mandarine orange		Mundu	
- see Tangerine		- see Sweet garcinia	
Mango		Naseberry	
<i>Mangifera indica</i> L.		- see Sapodilla	
pulpe.....	55	Nispero	
jus, en conserve.....	57	- see Sapodilla	
immature, pulpe.....	58	Nitta tree	
immature, pulpe et peau.....	59	- see African locust bean	
Mangosteen		Ohia	
<i>Garcinia mangostana</i> L.		- see Mountain apple	
pulpe.....	54	Olax	
Marbola plum		<i>Olax obtusifolia</i> De Wild.	
- see Mobola plum		fruit.....	157
Medlar		Orange, sweet	
<i>Mespilus germanica</i> L.		<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osb.	
pulpe.....	62	pulpe.....	70
Melon fruit tree		jus, frais, non sucré.....	72
- see Papaya		jus, en conserve.....	73
Mimusops		Orange, sweet, West African	
<i>Mimusops zeyheri</i> Sond.		<i>Citrus sinensis</i> (L.) Osb.	
fruit.....	152	pulpe.....	158
Mobola plum		Oval kumquat	
<i>Parinari curatellifolia</i> Planch. ex Benth.		<i>Fortunella margarita</i> (Lour.) S.	
fruit.....	163	écorce confite.....	46
Mombin, yellow		fruit épépiné.....	47
<i>Spondias mombin</i> L.		Papaw	
.....	153	- see Papaya	
Monkey bread		Papaya	
<i>Adansonia digitata</i> L.		<i>Carica papaya</i> L.	
fruit, pulpe.....	93	pulpe.....	75
fruit, farine de pulpe.....	94	Papo canary tree	
Mountain apple		<i>Canarium schweinfurthii</i> Engl.	
<i>Syzygium malaccense</i> L. M. & Per.		fruit, pulpe.....	92
.....	175	Parinarium	
Mozambique orange		<i>Parinari excelsa</i> Sabine	
- see Orange, sweet		pulpe.....	162
Mulberry		Passion fruit	
<i>Morus</i> spp.		<i>Passiflora edulis</i> Sims. var. <i>edulis</i>	
.....	60	pulpe et pépins.....	35
		jus, frais.....	36
		Paulinia	
		<i>Paullinia pinnata</i> L.	
		arille.....	164
		Pawpaw	
		- see Papaya	
		Peach, african	
		<i>Nauclea latifolia</i> Sm.	
		fruit entier.....	165

- Persimmon**
Diospyros mespiliformis Hochst. ex A. DC.
fruit 135
- Phoenix**
Phoenix reclinata Jacq.
pulpe et peau 107
- Pineapple**
Ananas comosus (L.) Merr.
pulpe 3
jus, en conserve 4
- Pineapple guava
- see Feijoa
- Pinkapple
- see Mountain apple
- Pitahaya
- see Pitaya
- Pitanga**
Eugenia uniflora L.
pulpe 102
- Pitaya**
Hylocereus triangularis
pulpe 78
- Pomarosa
- see Roseapple
- Pomegranate**
Punica granatum L.
pulpe et pépins 39
jus 40
- Prickly pear**
Opuntia ficus-indica (L.) Mill.
pulpe et graine 123
pulpe sans graine 124
- Pseudospondias**
Pseudospondias longifolia Engl.
pulpe, sans noyau, sans peau 179
- Pummelo**
Citrus grandis (L.) Osb.
pulpe 74
- Raisins**
Vitis vinifera L.
sec 84
- Rambutan**
Nephelium lappaceum L.
pulpe 181
- Rhambustan
- see Rambutan
- Roseapple**
Syzygium jambos (L.) Alst.
..... 177
- Rubus**
Rubus pinnatus Willd. var. *afrotropicus* Engl.
fruit 183
- Salacia**
Salacia spp.
pulpe 187
- Sand apple
- see Mobola plum
- Santiria**
Santiria trimera (Oliv.) Aubr.
fruit, pulpe 188
- Sapodilla**
Maniikara zapota (L.) Van Royen
pulpe 191
- Sapota
- see Sapodilla
- Satsuma
- see Tangerine
- Sharon
- see Japanese persimmon
- Sheabutter**
Vitellaria paradoxa C.F. Gaertn.
péricarpe 136
- Soapberry**
Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.)
fruit 101
- Soapberry
- see Desert date
- Sorindeia**
Sorindeia katangensis Van der Veken
pulpe 193
- Sourplum**
Ximenia caffra Sond
fruit 205
- Soursop**
Annona muricata L.
pulpe 25
- Star apple
- see Carambola
- Star fruit
- see Carambola
- Stinking bean
- see African locust bean
- Stock melon
- see Watermelon
- Strawberry peach
- see Kiwi fruit
- Strychnos**
Strychnos spp.
fruit 194

Sugar apple			
<i>Annona squamosa</i> L.			
pulpe.....	82		
Sugar cane			
<i>Saccharum officinarum</i> L.			
moelle de la tige.....	14		
jus.....	15		
Sugar plum			
<i>Uapaca</i> spp			
fruit.....	201		
Surinam cherry			
- see Pitanga			
Swartzia			
<i>Swartzia fistuloides</i> Harms			
pulpe.....	195		
Sweet garcinia			
<i>Garcinia dulcis</i> Kurz.			
.....	126		
Sweetsop			
- see Sugar apple			
Sycamore fig			
<i>Ficus sycomorus</i> L.			
fruit.....	121		
Tamarind			
<i>Tamarindus indica</i> L.			
fruit immature, pulpe.....	197		
fruit mûr, pulpe sèche.....	198		
Tangerine			
<i>Citrus reticulata</i> Swingle			
jus, frais.....	53		
Tangerine and Clementine			
<i>Citrus reticulata</i>			
pulpe.....	52		
Tight-skinned orange			
- see Orange, sweet			
Torchwood			
- see Desert date			
Trichoscypha			
<i>Trichoscypha</i> spp.			
pulpe.....	180		
Tuna			
- see Prickly pear			
Uapaca			
<i>Uapaca paludosa</i> Aubr. & Leandri			
fruit.....	201		
pulpe.....	202		
Upside-down tree			
- see Monkey bread			
Vangueriopsis			
<i>Vangueriopsis lanciflora</i> (Hiern) Robyns			
fruit.....	203		
Vegetable ivory palm			
- see Dum palm			
Velvet berry			
- see Velvet tamarind			
Velvet tamarind			
<i>Dialium guineense</i> Willd.			
pulpe.....	199		
Vitex			
<i>Vitex</i> spp.			
fruit.....	204		
Water apple			
<i>Eugenia aqua</i>			
pulpe et peau.....	161		
Water berry			
<i>Syzygium guineense</i> (Willd.) D.C.			
.....	196		
Watermelon			
<i>Citrullus lanatus</i> (Thunb.) Matsum. & Nakai			
pulpe.....	77		
West indian cherry			
- see Acerola			
White apple			
<i>Chrysophyllum albidum</i> L.			
peau.....	173		
pulpe.....	174		
Wild bullock's heart			
<i>Annona senegalensis</i> Pers.			
pulpe.....	89		
Wild custard apple			
- see Wild bullock's heart			
Wild grape			
<i>Lannea edulis</i> Engl.			
pulpe.....	141		
Wild loquat			
<i>Uapaca</i> spp			
fruit.....	201		
Wild plum			
<i>Carissa edulis</i> (Forssk.) Vahl			
pulpe.....	100		
Wild soursop			
- see Wild bullock's heart			
Zanha			
<i>Zanha africana</i> (Radlk.) Exell.			
fruit.....	206		
Zanha			
<i>Zanha gouloungensis</i> Hiern			
fruit.....	207		

Index des noms scientifiques

Acca sellowiana (Berg.) Burret
- voir *Feijoa sellowiana* Berg.

Achras sapota L.
- voir *Manilkara zapota* (L.) Van Royen

Achras zapota L.
- voir *Manilkara zapota* (L.) Van Royen

Actinidia sinensis Planch.
Kiwi, Kiwi fruit 45

Adansonia digitata L.
Baobab, Monkey bread 93-94

Adansonia somalensis Chiov.
- voir *Adansonia digitata* L.

Adansonia sphaerocarpa A. Chev.
- voir *Adansonia digitata* L.

Adansonia sulcata A. Chev.
- voir *Adansonia digitata* L.

Aframomum alboviolaceum (Ridley)
K. Schum.
- voir *Aframomum* spp.

Aframomum angustifolium (Sonnerat)
K. Schum.
- voir *Aframomum* spp.

Aframomum giganteum (Oliv. & Hanb.)
K. Schum.
- voir *Aframomum* spp.

Aframomum latifolium (Afzel.)
K. Schum.
- voir *Aframomum* spp.

Aframomum spp.
Aframomum 88

Aframomum stipulatum K. Schum.
- voir *Aframomum* spp.

Agialida barberi Van Tiegh.
- voir *Balanites aegyptiaca* (L.) Del.

Agialida senegalensis Van Tiegh.
- voir *Balanites aegyptiaca* (L.) Del.

Agialida tombuctensis Van Tiegh.
- voir *Balanites aegyptiaca* (L.) Del.

Anacardium occidentale L.
Pomme de cajou, Cashew 170

Ananas comosus (L.) Merr.
Ananas, Pineapple 3-4

Annona cherimola Lam.
Chérimole, Cherimoya 20

Annona chrysophylla Boj.
- voir *Annona senegalensis* Pers.

Annona manii
- voir *Anonidium manii* (Oliv) Engl. & Diels.

Annona muricata L.
Corossol épineux, Soursop 25

Annona porpetac Baill.
- voir *Annona senegalensis* Pers.

Annona reticulata L.
Coeur de boeuf, Custard apple 24

Annona senegalensis Pers.
Ambor, Wild bullock's heart 89

Annona senegalensis Pers. var *latifolia* Oliv.
- voir *Annona senegalensis* Pers.

Annona senegalensis Pers. var *porpetac*
(Baill.) Diels.
- voir *Annona senegalensis* Pers.

Annona squamosa L.
Pomme cannelle, Sugar apple 82

Annona squamosa sensu auct. non L.
- voir *Annona senegalensis* Pers.

Anonidium manii (Oliv) Engl. & Diels.
Pombi, Anonidium 169

Antidesma vogelianum Müll. Arg.
Antidesma 90

Antrocaryon klaineianum Pierre
Gonyo, Antrocaryon 127

Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.)
Cerise du Sénégal, Soapberry 101

Arbutus unedo L.
Arbouse, Arbutus berry 91

Artocarpus heterophyllus Lam.
Jaquier, Jackfruit 131

Averrhoa carambola L.
Carambole, Carambola 16-17

Balanites aegyptiaca (L.) Del.
Datte du désert, Desert date 105-106

Balanites ziziphoides Milbr. & Schlec.
- voir *Balanites aegyptiaca* (L.) Del.

Belwisia vogelii
- voir *Napoleonaea vogelii* Hook. & Planch.

Blighia sapida Koenig
Blighia sapida, Akee 96

Borassus aethiopum Mart.
Rônier, African fan palm 182

Borassus flabellifer L. var *aethiopum*
(Mart.) Warb.
- voir *Borassus aethiopum* Mart.

Boscia angustifolia A. Rich.
Boscia 97

Bridelia duvigneaudii J. Léon.
Bridelia 98

- Butyrospermum paradoxum*
 (C.F. Gaertn.) Hepper
 - voir *Vitellaria paradoxa* C.F. Gaertn.
- Calocarpum mammosum*
 - voir *Calocarpum sapota* (Jacq.) Merr.
- Calocarpum sapota* (Jacq.) Merr.**
Sapote, Mammey sapote 189-190
- Canarium schweinfurthii* Engl.**
Arbre à encens, Papo canary tree 92
- Canthium crassum* (Schweinf.) Hiern.**
Canthium 99
- Carica papaya* L.**
Papaye, Papaya 75-76
- Carica pentagona* Heilb**
Babaco 7
- Carissa edulis* (Forssk.) Vahl**
Carisse, Wild plum 100
- Carissa edulis* Vahl var. *tormentosa*
 (A. Rich.) Stapf
 - voir *Carissa edulis* (Forssk.) Vahl
- Carissa edulis* var. *candolleana*
 (Jaub. & Spach) Chiov.
 - voir *Carissa edulis* (Forssk.) Vahl
- Carissa edulis* var. *cornifolia*
 (Jaub. & Spach)
 - voir *Carissa edulis* (Forssk.) Vahl
- Chrysobalanus ellipticus*
 - voir *Chrysobalanus icaco* L.
- Chrysobalanus icaco* L.**
Icaque, Icaco 130
- Chrysobalanus orbicularis* Schum.
 - voir *Chrysobalanus icaco* L.
- Chrysobalanus purpureus* Mill.
 - voir *Chrysobalanus icaco* L.
- Chrysophyllum albidum* L.**
Pomme étoile, White apple 173-174
- Chrysophyllum autranianum*
 - voir *Gambeya lacourtiana*
 (de Wild.) Aubr.
- Chrysophyllum bangweolense* R.E.Fr.**
Chrysophyllum bangweolense,
Chrysophyllum 103
- Cissus* spp.**
Cissus 104
- Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum.
 & Nakai**
Pastèque, Watermelo 77
- Citrullus vulgaris* Eckl. & Zeyh.
 - voir *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum.
 & Nakai
- Citrullus vulgaris* Schrad.
 - voir *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum.
 & Nakai
- Citrus aurantifolia*
 - voir *Citrus aurantiifolia* (Christm.) Swingle.
- Citrus aurantiifolia* (Christm.) Swingle.**
Lime 48-49-50
- Citrus aurantium* Lour. non L.
 - voir *Citrus sinensis* (L.) Osb.
- Citrus decumana* Murr.
 - voir *Citrus paradisi* MacFad.
- Citrus deliciosa* Tenore
 - voir *Citrus reticulata* Swingle
- Citrus grandis* (L.) Osb.**
Pamplemousse vrai, Pummelo 74
- Citrus limon* (L.) Burm. f.**
Citron, Lemon 21-22-23
- Citrus medica* L. var. *acida* Hook. f.
 - voir *Citrus aurantiifolia* (Christm.) Swingle.
- Citrus medica* var. *limonum* (L.) Osb.
 - voir *Citrus limon* (L.) Burm. f.
- Citrus nobilis* Loureiro
 - voir *Citrus reticulata* Swingle
- Citrus paradisi* MacFad.**
Pomélo (dit Pamplemousse),
Grapefruit 79-80-81
- Citrus reticulata***
Mandarine ou Clémentine,
Tangerine or Clementine 52
- Citrus reticulata* Swingle**
Mandarine, Tangerine 53
- Citrus sinensis* (L.) Osb.**
Orange, Orange, sweet 70-71-72-73
- Citrus sinensis* (L.) Osb.**
Orange d'Afrique de l'Ouest,
Orange, sweet, West African 158
- Citrus unshia* Marcovitch
 - voir *Citrus reticulata* Swingle
- Cocos nucifera* L.**
Noix de coco, Coconut 64-65-66-67-68
- Cocos nucifera* L.**
Noix de coco, lait, Coconut milk 69
- Colocynthis citrullus* (L.) Kuntze
 - voir *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum.
 & Nakai
- Cordyla pinnata* (Lepr. ex A. Rich.) Mil.**
Poire du Sénégal,
Bushmango 166-167-168

- Corypha thebaica* L.
- voir *Hyphaene thebaica* (L.) Mart.
- Cucumis metuliferus** E. Mey. ex Naud.
Kiwano..... 44
- Cucurbita citrullus* L.
- voir *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum.
& Nakai
- Dacryodes edulis** (G. Don.) H.J. Lam.
Safou, Bushbutter 185-186
- Dacryodes klaineana** (Pierre) H.J. Lam.
Nomeba, Dacryodes 156
- Detarium macrocarpum** Harms
Detarium..... 111
- Detarium microcarpum** Guill.& Perr.
Dankh, Dattock, sweet 110
- Detarium senegalense** J.F. Gmel.
Déta(r), Dattock, Senegal..... 108-109
- Dialium guineense** Willd.
Tamarinier blanc, Velvet tamarind..... 199
- Dialium sp. 2732**
Dialium 112
- Dimocarpus longan*
- voir *Nephelium longanum* (Lam.) Cam.
- Diospyros chinensis* Bl.
- voir *Diospyros kaki* L. f.
- Diospyros kaki** L. f.
Kaki, Japanese persimmon..... 43
- Diospyros mespiliformis** Hochst.
ex A. DC.
Kaki de brousse, Persimmon 135
- Durio zibethinus** Murr.
Dourian, Durian..... 113
- Eriobotrya japonica** (Thunb.) Lindl.
Néfle du Japon, Loquat..... 63
- Eugenia aqua**
Pamorose, Water apple 161
- Eugenia capensis**
Eugenia capensis..... 114
- Eugenia guineensis*
- voir *Syzygium guineense* (Willd.) D.C.
- Eugenia jambos* (L.) Stokes
- voir *Syzygium jambos* (L.) Alst.
- Eugenia malaccensis* L.
- voir *Syzygium malaccense* L. M. & Per.
- Eugenia michelii* Lam.
- voir *Eugenia uniflora* L.
- Eugenia michelii* Lam.
- voir *Syzygium* spp.
- Eugenia uniflora** L.
Cerise-côte, Pitanga..... 102
- Eugenia uniflora* L.
- voir *Syzygium* spp.
- Euphorbia nephelium* DC.
- voir *Nephelium lappaceum* L.
- Euphoria longana* Lam.
- voir *Nephelium longanum* (Lam.) Cam.
- Fadogia triphylla** Baker
Fadogia..... 116
- Fadogiella manikensis** (de Wild.)
Robyns
Fadogiella 117
- Feijoa sellowiana** Berg.
Feijoa..... 30
- Feretia aeruginescens** Stapf
Feretia, Feresia..... 118
- Ficus carica** L.
Figue, Fig..... 31-32-33-34
- Ficus dekdekena* (Miq.)
- voir *Ficus* spp.
- Ficus gnaphalocarpa* (Miq.)
- voir *Ficus* spp.
- Ficus gnaphalocarpa* (Miq.) Steud. ex Rich.
- voir *Ficus sycomorus* L.
- Ficus iteophylla* Miq.
- voir *Ficus* spp.
- Ficus platyphylla** Del.
Ficus platyphylla, Ficus 120
- Ficus platyphylla* Del.
- voir *Ficus* spp.
- Ficus spp.**
Ficus, sauvages, Ficus, wild..... 122
- Ficus sycomorus** L.
Figue sycamore, Sycamore fig 121
- Ficus sycomorus* L.
- voir *Ficus* spp.
- Ficus thonningii** Blume
Ficus iteophylle, Ficus iteophylla 119
- Ficus thonningii* Blume
- voir *Ficus* spp.
- Ficus trachophylla* (Miq.)
- voir *Ficus* spp.
- Ficus trachophylla* (Miq.) Miq.
- voir *Ficus sycomorus* L.
- Fortunella margarita** (Lour.) S.
Kumquat, Oval kumquat 46-47

- Gambeya lacourtiana (de Wild.) Aubr.**
Longhi, Longhi 146
- Garcinia buchananii**
 - voir *Garcinia huillensis* Welw. ex Oliv.
- Garcinia dulcis Kurz.**
Garcinie, Sweet garcinia 126
- Garcinia huillensis Welw. ex Oliv.**
Garcinia huillensis, Garcinia 125
- Garcinia mangostana L.**
Mangoustan du Malabar, Mangosteen 54
- Grewia spp.**
Greuvier, Grewia 128
- Guarea spp.**
Guarea 129
- Hylocereus triangularis**
Pitahaya, Pitaya 78
- Hylocereus undatus**
 - voir *Hylocereus triangularis*
- Hyphaene dahomeensis Becc.**
 - voir *Hyphaene thebaica* (L.) Mart.
- Hyphaene guineensis Schum. & Thonn**
 - voir *Hyphaene thebaica* (L.) Mart.
- Hyphaene thebaica (L.) Mart.**
Palmier doum, Dum palm 160
- Hyphaene togoensis Dummer.**
 - voir *Hyphaene thebaica* (L.) Mart.
- Irvingia gabonensis (Aubry-Lecomte ex O'Rorke) Baill.**
Mangue du Gabon, African mango 151
- Landolphia capensis**
Landolphia du Cap, Apricot, wild 137
- Landolphia heudelotti A. DC.**
Landolphia 140
- Landolphia hirsuta (Hua) Pichon**
Landolphia poilu, Landolphia hairy 138
- Landolphia owariensis P. Beauv.**
Landolphia owariensis 139
- Landolphia senegalensis**
 - voir *Saba senegalensis* (A. DC.) Pichon
- Lannea edulis Engl.**
Lannea, Wild grape 141
- Lannea velutina Auct.**
 - voir *Lannea edulis* Engl.
- Lantana camara**
Thé de Gambie, Lantana 200
- Litchi chinensis Sonn.**
Litchi 51
- Malpighia marginata.**
 - voir *Malpighia punicifolia* L.
- Malpighia punicifolia L.**
Cerise des Antilles, Acerola 18-19
- Mammea africana Sabine**
Mammea africana, Mammea 150
- Mammea americana L.**
Pomme de Mammey, Mamey 176
- Mangifera indica L.**
Mangue, Mango 55-56-57-58-59
- Manilkara zapota (L.) Van Royen**
Sapotille, Sapodilla 191-192
- Mespilus germanica L.**
Nèfle, Medlar 62
- Mimusops zeyheri Sond.**
Mimusops zeyheri, Mimusops 152
- Momordica lanata Thunb.**
 - voir *Citrullus lanatus* (Thunb.) Matsum. & Nakai
- Morus nigra L.**
Mûre noire, Black mulberry 61
- Morus spp.**
Mûre (non spécifiée), Mulberry 60
- Musa sapientum L.**
 - voir *Musa* spp.
- Musa spp.**
Banane douce,
Banana, common 8-9-10-11-12
- Napoleonaea vogelii Hook. & Planch.**
Belwisia 95
- Nauclea latifolia Sm.**
Pêche africaine, Peach, african 165
- Nephelium lappaceum L.**
Ramboutan, Rambutan 181
- Nephelium litchi Camb.**
 - voir *Litchi chinensis* Sonn.
- Nephelium longanum (Lam.) Cam.**
Longan 142-143-144-145
- Odina edulis Sond.**
 - voir *Lannea edulis* Engl.
- Olax obtusifolia De Wild.**
Olax 157
- Opuntia ficus-indica (L.) Mill.**
Figue de Barbarie, Prickly pear 123-124
- Opuntia occidentalis Auct.**
 - voir *Opuntia ficus-indica* (L.) Mill.
- Opuntia vulgaris Ten.**
 - voir *Opuntia ficus-indica* (L.) Mill.

Orthostemon sellowiana Berg. - voir Feijoa sellowiana Berg.	- voir Persea americana Mill.
Pachylobus balsamiflora - voir Santiria trimera (Oliv.) Aubr.	Phoenix dactylifera L. <i>Datte, Date</i> 26-27-28
Pachylobus edulis - voir Dacryodes edulis (G. Don.) H.J. Lam.	Phoenix dactylifera L. <i>Datte "Deglet-nour", Date "Deglet-nour" ...</i> 29
Pachylobus trimera - voir Santiria trimera (Oliv.) Aubr.	Phoenix reclinata Jacq. <i>Datte naine, Phoenix</i> 107
Parinari curatellifolia Planch. ex Benth. <i>Parinaire mobola, Mobola plum</i> 163	Prunus armeniaca L. <i>Abricot, Apricot</i> 1-2
Parinari curatellifolia ssp. mobola (Oliv.) R. Gra - voir Parinari curatellifolia Planch. ex Benth.	Pseudospondias longifolia Engl. <i>Pseudospondias</i> 179
Parinari excelsa Sabine <i>Parinaire, Parinarium</i> 162	Psidium guajava L. <i>Goyave, Guava</i> 37-38
Parinari holstii - voir Parinari excelsa Sabine	Punica granatum L. <i>Grenade, Pomegranate</i> 39-40
Parinari macrophylla Sabine <i>Pomme du Cayor, Gingerbread plum</i> 172	Rhamnus spina-christi L. - voir Ziziphus spina-christi (L.) Desf.
Parinari mobola Oliv. - voir Parinari curatellifolia Planch. ex Benth.	Rubus pinnatus Willd. var. afrotropicus Engl. <i>Rubus africain, Rubus</i> 183
Parkia africana R. Br. - voir Parkia spp.	Saba senegalensis (A. DC.) Pichon <i>Saba du Sénégal, Gumvine</i> 184
Parkia biglobosa (Jacq.) Benth. - voir Parkia spp.	Saccharum officinarum L. <i>Canne à sucre, Sugar cane</i> 14-15
Parkia clappertoniana Keay - voir Parkia spp.	Salacia spp. <i>Salacia</i> 187
Parkia filicoidea Welw. ex Oliv. - voir Parkia spp.	Santiria trimera (Oliv.) Aubr. <i>Santiria</i> 188
Parkia speciosa Hassk. - voir Parkia spp.	Sapindus senegalensis - voir Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.)
Parkia spp. <i>Néré, African locust bean</i> 154-155	Sorindeia katangensis Van der Veken <i>Sorindeia du Katanga, Sorindeia</i> 193
Passiflora edulis Sims. var. edulis <i>Fruit de la Passion (var. pourpre ou jaune),</i> <i>Passion fruit</i> 35	Spondias cytherea Sonn. <i>Pomme de Cythère, Ambarella</i> 171
Passiflora edulis Sims. var. edulis <i>Fruit de la Passion, Passion fruit</i> 36	Spondias dulcis - voir Spondias cytherea Sonn.
Passiflora macrocarpa - voir Passiflora quadrangularis L.	Spondias lutea - voir Spondias mombin L.
Passiflora quadrangularis L. <i>Barbadine, Giant granadilla</i> 13	Spondias mombin L. <i>Mombin jaune, Mombin, yellow</i> 153
Paullinia pinnata L. 164 <i>Paulinia</i> 164	Strychnos spinosa Lam. <i>Orange de brousse, Kaffir orange</i> 159
Persea americana Mill. <i>Avocat, Avocado</i> 5-6	Strychnos spp. <i>Strychnos (autres que l'orange de brousse),</i> <i>Strychnos</i> 194
Persea gratissima Gaertn. f.	Swartzia fistuloides Harms <i>Swartzia</i> 195

- Sycomorus gnaphalocarpa* Miq.
- voir *Ficus sycomorus* L.
- Sycomorus gnaphalocarpa* Miq.
- voir *Ficus* spp.
- Syz. aqueum*
- voir *Syzygium* spp.
- Syz. guineense*
- voir *Syzygium* spp.
- Syz. jambos* (L.) Alst.
- voir *Syzygium* spp.
- Syz. malaccensis*
- voir *Syzygium* spp.
- Syzygium guineense* (Willd.) D.C.**
Syzygium, Water berry 196
- Syzygium jambos* (L.) Alst.**
Pomme rose, Roseapple 177
- Syzygium malaccense* L. M. & Per.**
Pomme malac, Mountain apple 175
- Syzygium* spp.**
Eugenia 115
- Tamarindus indica* L.**
Tamarin, Tamarind 197-198
- Trichilia* spp.**
Mafourère, Bitterwood 149
- Trichoscypha* spp.**
Raisin pahouin, Trichoscypha 180
- Uapaca paludosa* Aubr. & Leandri**
Assam, Uapaca 201-202
- Vangueriopsis lanciflora* (Hiern)
Robyns**
Vangueriopsis 203
- Vitellaria paradoxa* C.F. Gaertn.**
Karité, Sheabutter 136
- Vitex cienkowskii* Kotschy et Peyr.
- voir *Vitex doniana* Sweet.
- Vitex cuneata* Schum. & Thonn.
- voir *Vitex doniana* Sweet.
- Vitex doniana* Sweet
- voir *Vitex* spp.
- Vitex doniana* Sweet.**
Prune noire, Black plum 178
- Vitex madiensis* Oliv. subsp. *milanjiensis*
(Britten)
- voir *Vitex* spp.
- Vitex mombassae* Vatke
- voir *Vitex* spp.
- Vitex paludosa* Vatke
- voir *Vitex doniana* Sweet.
- Vitex* spp.**
Vitex 204
- Vitex umbrosa* G. Don ex Sabine
- voir *Vitex doniana* Sweet.
- Vitis vinifera* L.**
Raisin de Corinthe, Currants 83
- Vitis vinifera* L.**
Raisin sec, Raisins 84-85
- Ximenia aegyptiaca* L.
- voir *Balanites aegyptiaca* (L.) Del.
- Ximenia caffra* Sond**
Ximenia, Sourplum 205
- Zanha africana* (Radlk.) Exell.**
Zanha africana, Zanha 206
- Zanha gouloungensis* Hiern**
Zanha gouloungensis, Zanha 207
- Ziziphus abyssinicus*
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus africana* Mill.
- voir *Ziziphus spina-christi* (L.) Desf.
- Ziziphus amphibia* A. Chev.
- voir *Ziziphus spina-christi* (L.) Desf.
- Ziziphus jujuba* (L.) Gaertn.
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus jujuba* (L.) Lam. non Mill.
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus jujuba* Lam.
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus mauritiana* Lam.**
Jujube d'Inde, Ber 132-133-134
- Ziziphus orthacantha* DC.
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus sativa* Gaertner
- voir *Ziziphus mauritiana* Lam.
- Ziziphus sphaerocarpa* Tul.
- voir *Ziziphus spina-christi* (L.) Desf.
- Ziziphus spina-christi* (L.) Desf.**
Lotus du Coran, Christ's thorn 147-148
- Ziziphus ziziphus* (L.) Meikle**
Jujube commun, Jujube, common 41-42

TABLE SYNOPTIQUE DES DENOMINATIONS ET DES FAMILLES BOTANQUES

SYNOPTIC TABLE OF FOOD NAMES AND BOTANICAL FAMILIES

Les diverses dénominations et synonymes français, anglais et scientifiques ont été recherchés dans les ouvrages suivants :

The various French, English and scientific names and synonyms were taken from the following documents:

- PHARMEL, banque de données de Médecine traditionnelle et Pharmacopée, développée et diffusée par le Laboratoire de Botanique systématique et de Phytosociologie de l'Université Libre de Bruxelles (Pr. J. LEJOLY) avec l'aide de l'Agence de Coopération Culturelle et Technique (ACCT), Paris 1992.
- VIVIEN J. et FAURE J.J., Fruitiers sauvages du Cameroun, série d'articles publiés de mai 1988 à avril 1990 dans la revue "Fruits", Paris.
- La grande flore de G. BONNIER, remise à jour par PALESE R. et AESCHIMAN D., rééditée par Belin/INRA, Paris 1990.
- Traditional Food plants, FAO Food and Nutrition Paper n°42, FAO, Rome 1988.
- Banque de données TAT/FRUITS, CIRAD-FLHOR (G. DUVERNEUIL) et CNEARC, Montpellier.
- PRALORAN J.C. et al., Les Agrumes, in Techniques Agricoles et Productions Tropicales, G.P. Maisonneuve & Larose éd., Paris.
- JARDIN C., List of Foods Used in Africa, Nutrition Information Documents Series n°2, FAO, Rome 1970.

Les quatre premiers de ces ouvrages ont été utilisé en priorité pour le choix des noms scientifiques en conformité avec les règles du Code International de la Nomenclature de 1988. Ces noms scientifiques sont inscrits en caractères gras; les noms de famille sont en caractères italiques.

The first four documents were used in priority for the choice of scientific names, in accordance with the rules of the International Code of Nomenclature of 1988. These scientific names are written in bold type; family names are written in italics.

<u>Nom scientifique / Famille</u>	<u>Nom anglais</u>	<u>Nom français</u>
Actinidia sinensis Planch. <i>Actinidiaceae</i>	Kiwi fruit Chinese gooseberry Strawberry peach	Kiwi
Adansonia digitata L. <i>Bombaceae</i>	Monkey bread Upside-down tree Baobab tree	Baobab Pain de singe Calebassier du Sénégal
Adansonia sphaerocarpa A. Chev. Adansonia sulcata A. Chev. Adansonia somalensis Chiov.		
Aframomum spp. <i>Zingiberaceae</i>	Aframomum	Aframomum
A. giganteum (Oliv. & Hanb.) K. Schum. A. angustifolium (Sonnerat) K. Schum. A. stipulatum K. Schum. A. albobolaceum (Ridley) K. Schum. A. latifolium (Afzel.) K. Schum.		
Anacardium occidentale L. <i>Anacardiaceae</i>	Cashew apple	Pomme de cajou
Ananas comosus (L.) Merr. <i>Bromeliaceae</i>	Pineapple	Ananas
Annona cherimola Lam. <i>Annonaceae</i>	Cherimoya	Chérimole
Annona muricata L. <i>Annonaceae</i>	Soursop <i>Annona</i>	Corossol épineux
Annona reticulata L. <i>Annonaceae</i>	Custard apple Bullock's heart Corazon Jamaïca apple	Coeur de boeuf Cachiman
Annona senegalensis Pers. <i>Annonaceae</i>	Wild bullock's heart Wild soursop Wild custard apple	Ambor Anone africain Pomme cannelle du Sénégal
Annona chrysophylla Boj. Annona senegalensis Pers. var latifolia Oliv. Annona porpetac Baill. Annona senegalensis Pers. var porpetac (Baill.) Diels. Annona squamosa sensu auct. non L.		
Annona squamosa L. <i>Annonaceae</i>	Sugar apple Sweetsop	Pomme cannelle Corossol écailleux

Anonidium mannii (Oliv) Engl. & Diels. <i>Annonaceae</i>	Anonidium	Pombi
Annona manii		
Antidesma vogelianum Müll. Arg. <i>Euphorbiaceae</i>	Antidesma	Antidesma
Antrocaryon klaineianum Pierre <i>Anacardiaceae</i>	Antrocaryon	Gonyo Antrocaryon
Aphania senegalensis (Juss. ex Poir.) <i>Sapindaceae</i>	Soapberry	Cerise du Sénégal
Sapindus senegalensis		
Arbutus unedo L. <i>Ericaceae</i>	Arbutus berry	Arbouse Fraise en arbre
Artocarpus heterophyllus Lam. <i>Moraceae</i>	Jackfruit Jakfruit	Jaquier
Averrhoa carambola L. <i>Oxalidaceae</i>	Carambola Star apple Star fruit	Carambole
Balanites aegyptiaca (L.) Del. <i>Balanitaceae</i>	Desert date Betu Bitu Egyptian myrobolan Soapberry Jericho balsam Torchwood	Datte du désert
Ximenia aegyptiaca L. Agialida senegalensis Van Tiegh. Agialida barberi Van Tiegh. Agialida tombuctensis Van Tiegh. Balanites ziziphoides Milbr. & Schlec.		
Blighia sapida Koenig <i>Sapindaceae</i>	Akee	Blighia sapida Ris de veau Finsan Akee
Borassus aethiopum Mart. <i>Arecaceae</i>	African fan palm	Rônier Palmier à sucre
Borassus flabellifer L. var aethiopum (Mart.) Warb.		
Boscia angustifolia A. Rich. <i>Capparidaceae</i>	Boscia	Boscia
Bridelia duvigneaudii J. Léon. <i>Euphorbiaceae</i>	Bridelia	Bridelia

Calocarpum sapota (Jacq.) Merr. <i>Sapotaceae</i>	Mammey sapote	Sapote
Calocarpum mammosum		
Canarium schweinfurthii Engl. <i>Burseraceae</i>	Papo canary tree Incense tree	Arbre à encens Elemier
Canthium crassum (Schweinf.) Hiern. <i>Rubiaceae</i>	Canthium	Canthium
Carica papaya L. <i>Caricaceae</i>	Papaya Melon fruit tree Papaw Pawpaw	Papaye
Carica pentagona Heilb <i>Caricaceae</i>	Babaco	Babaco Papaye sans graine
Carissa edulis (Forssk.) Vahl <i>Apocynaceae</i>	Wild plum Arabian mummum	Carisse
C. edulis Vahl var. tormentosa (A. Rich.) Stapf		
C. edulis var. candolleana (Jaub. & Spach) Chiov.		
C. edulis var. cornifolia (Jaub. & Spach)		
Chrysobalanus icaco L. <i>Chrysobalanaceae / Rosaceae</i>	Icaco Cocoplum Fat prof	Icaque Mafuli Prune coton Prune d'Anse
Chrysobalanus orbicularis Schum.		
Chrysobalanus purpureus Mill.		
Chrysobalanus ellipticus		
Chrysophyllum albidum L. <i>Sapotaceae</i>	White apple	Pomme étoile
Chrysophyllum bangweolense R.E.Fr. <i>Sapotaceae</i>	Chrysophyllum	Chrysophyllum bangw.
Cissus spp. <i>Vitaceae</i>	Cissus	Cissus
Citrullus lanatus (Thunb.) Matsum. & Nakai <i>Cucurbitaceae</i>	Watermelon Datiro Equisi Kaffir melon Stock melon Edible seed melon	Pastèque
Citrullus vulgaris Schrad.		
Citrullus vulgaris Eckl. & Zeyh.		
Colocynthis citrullus (L.) Kuntze		
Cucurbita citrullus L.		
Momordica lanata Thunb.		

Citrus aurantiifolia (Christm.) Swingle. <i>Rutaceae</i>	Lime	Lime Limette Citron vert
Citrus aurantifolia Citrus medica L. var. acida Hook. f.		
Citrus aurantium L. <i>Rutaceae</i>	Sour orange Bigarade Bitter orange Seville orange	Orange amère Bigarade
Citrus aurantium var. aurantium Citrus vulgaris Risso		
Citrus grandis (L.) Osb. <i>Rutaceae</i>	Pummelo Pomelo Shaddock	Pamplemousse (stricto sensu)
Citrus decumana Murr. Citrus maxima Merr.		
Citrus limon (L.) Burm. f. <i>Rutaceae</i>	Lemon	Citron
Citrus medica var. limonum (L.) Osb.		
Citrus paradisi MacFad. <i>Rutaceae</i>	Grapefruit	Pomélo (dit Pamplemousse) Pamplemousse (en langage courant)
Citrus decumana Murr.		
Citrus reticulata <i>Rutaceae</i>	Tangerine and Clementine Satsuma Loose-skinned orange Mandarine orange	Mandarine et Clémentine
Citrus reticulata Swingle Citrus deliciosa Tenore Citrus nobilis Loureiro Citrus reticulata Blanco Citrus reticulata var. Clementine Citrus unshia Marcovitch		
Citrus reticulata Blanco <i>Rutaceae</i>	Clementine	Clémentine
Citrus reticulata var. Clementine		
Citrus reticulata Swingle <i>Rutaceae</i>	Tangerine Mandarine orange Satsuma Loose-skinned orange	Mandarine
Citrus deliciosa Tenore Citrus nobilis Loureiro Citrus unshia Marcovitch		
Citrus sinensis (L.) Osb. <i>Rutaceae</i>	Orange sweet Tight-skinned orange Batavian orange Mozambique orange	Orange
Citrus aurantium Lour. non L.		

Citrus sinensis (L.) Osb. <i>Rutaceae</i>	Orange sweet, West African	Orange d'Afrique de l'Ouest
Cocos nucifera L. <i>Areaceae</i>	Coconut	Noix de coco
Cordyla pinnata (Lepr. ex A. Rich.) Milne-Redhead <i>Papilionaceae</i>	Bushmango	Poire du Sénégal Poire du Cayor
<i>Cordyla africana</i> Lour. <i>Cordyla richardii</i>		
Cucumis metuliferus E. Mey. ex Naud. <i>Cucurbitaceae</i>	Kiwano	Kiwano Spoutnik Concombre porte-cornes
Dacryodes edulis (G. Don.) H.J. Lam. <i>Burseraceae</i>	Bushbutter	Safou Attanga
<i>Pachylobus edulis</i>		
Dacryodes klaineana (Pierre) H.J. Lam. <i>Burseraceae</i>	Dacryodes	Nomeba
Detarium macrocarpum Harms <i>Cesalpiniaceae</i>	Detarium	Detarium
Detarium microcarpum Guill.& Perr. <i>Cesalpiniaceae</i>	Datlock sweet	Dankh
Detarium senegalense J.F. Gmel. <i>Cesalpiniaceae</i>	Deta(r) Senegal datlock Tallow tree	Déta(r)
Dialium guineense Willd. <i>Cesalpiniaceae</i>	Velvet tamarind Velvet berry	Tamarinier blanc Dialion Prune tamarin
Dialium sp. 2732 <i>Cesalpiniaceae</i>	Dialium	Dialium
Diospyros kaki L. f. <i>Ebenaceae</i>	Japanese persimmon Kaki persimmon Sharon	Kaki Plaquemine
<i>Diospyros chinensis</i> Bl.		

Diospyros mespiliformis Hochst. ex A. DC. <i>Ebenaceae</i>	African ebony Jackal berry Monkey guava	Kaki de brousse Ebénier Ouest africain Faux ébénier
<i>Diospyros senegalensis</i> Perr. ex A. DC.	Nigerian ebony	
<i>Diospyros bicolor</i> Klotzsch	Swamp ebony Persimmon Medlar	
Durio zibethinus Murr. <i>Bombaceae</i>	Durian Civet	Dourian Durio
Eriobotrya japonica (Thunb.) Lindl. <i>Rosaceae</i>	Loquat Japanese medlar	Nèfle du Japon Bibace Bibasse
Eugenia aqua Burm. FI. <i>Myrtaceae</i>	Water apple Jambu fruit Water rose	Jambos pamorose Jambo Jamerose
<i>Syzygium aqueum</i>		
Eugenia capensis <i>Myrtaceae</i>	<i>Eugenia capensis</i>	<i>Eugenia capensis</i>
Eugenia uniflora L. <i>Myrtaceae</i>	Pitanga Surinam cherry	Cerise-côte Cerise carrée Cerise de Cayenne
<i>Eugenia michelii</i> Lam.		
Fadogia triphylla Baker <i>Rubiaceae</i>	Fadogia	Fadogia
Fadogiella manikensis (de Wild.) Robyns <i>Rubiaceae</i>	Fadogiella	Fadogiella
Feijoa sellowiana Berg. <i>Myrtaceae</i>	Feijoa Pineapple guava Brazilian guava	Feijoa
<i>Acca sellowiana</i> (Berg.) Burret <i>Orthostemon sellowiana</i> Berg.		
Feretia aeruginescens Stapf <i>Rubiaceae</i>	Feresia	Feretia
Ficus carica L. <i>Moraceae</i>	Fig	Figue
Ficus platyphylla Del. <i>Moraceae</i>	<i>Ficus platyphylla</i>	<i>Ficus platyphylla</i>
<i>Ficus umbrosa</i> Warb. <i>Ficus bibracteata</i> Warb.		

Ficus spp. <i>Moraceae</i>	Ficus wild	Ficus sauvages
Ficus iteophylla Miq. Ficus thonningii Blume Ficus dekdekana (Miq.) Ficus sycomorus L. Ficus gnaphalocarpa (Miq.) Ficus trachophylla (Miq.) Sycomorus gnaphalocarpa Miq. Ficus platyphylla Del.		
Ficus sycomorus L. <i>Moraceae</i>	Sycamore fig Egyptian sycamore Mulberry fig	Figue sycomore
Ficus gnaphalocarpa (Miq.) Steud. ex Rich. Sycomorus gnaphalocarpa Miq. Ficus trachophylla (Miq.) Miq.		
Ficus thonningii Blume <i>Moraceae</i>	Ficus iteophylla	Ficus iteophylle Ficus de Sassandra
Ficus sassandrensis Ficus thonning Ficus bongoensis Warb. Ficus spragueana Mildbr. & Burret Ficus dekdekana (Miq.) Rich. Ficus iteophylla Miq.		
Flacourtia indica (Burm. f.) Merr. <i>Flacourtiaceae</i>	Madagascar plum Indian plum Governor's plum Batoka plum	Prune d'Inde Flacourtia Prune de Madagascar
Gmelina indica Burm. F. Flacourtia sepiaria Roxb. Flacourtia ramontchi l'Herit. Flacourtia latifolia Cooke Flacourtia hirtiuscula Oliv.		
Fortunella margarita (Lour.) S. <i>Rutaceae</i>	Oval kumquat Nagami	Kumquat
Fortunella japonica		
Gambeya lacourtiana (de Wild.) Aubr. <i>Sapotaceae</i>	Longhi	Longhi Gambeya de Lacour
Chrysophyllum autranianum		
Garcinia dulcis Kurz. <i>Clusiaceae</i>	Sweet garcinia Mundu	Garcinie Mundou
Garcinia huillensis Welw. ex Oliv. <i>Clusiaceae</i>	Garcinia	Garcinia huillensis
Garcinia buchananii		

Garcinia mangostana L. <i>Clusiaceae</i>	Mangosteen	Mangoustan du Malabar
Grewia spp. <i>Tiliaceae</i>	Grewia	Greuvier
Guarea spp. <i>Meliaceae</i>	Guarea	Guarea
Hylocereus triangularis <i>Cactaceae</i>	Pitaya Pitahaya	Pitahaya Pitaya
<i>Hylocereus undatus</i>		
Hyphaene thebaica (L.) Mart. <i>Apocynaceae</i>	Dum palm Gingerbread palm Vegetable ivory palm	Palmier doum
<i>Corypha thebaica L.</i> <i>Hyphaene guineensis Schum. & Thonn</i> <i>Hyphaene dahomeensis Becc.</i> <i>Hyphaene togoensis Dummer.</i>		
Irvingia gabonensis (Aubry-Lecomte ex O'Rorke) Baill. <i>Irvingiaceae</i>	African mango	Mangue du Gabon Mangue sauvage
Landolphia capensis <i>Apocynaceae</i>	Apricot wild Landolphia capensis	Landolphia du Cap
Landolphia heudelotti A. DC. <i>Apocynaceae</i>	Landolphia Guinea gumvine	Landolphia Liane gohine
Landolphia hirsuta (Hua) Pichon <i>Apocynaceae</i>	Landolphia hairy	Landolphia poilu
Landolphia owariensis P. Beauv. <i>Apocynaceae</i>	Landolphia owariensis	Landolphia owariensis
Lannea edulis Engl. <i>Anacardiaceae</i>	Wild grape Broom druif	Lannea
<i>Odina edulis Sond.</i> <i>Lannea velutuna Auct.</i>		
Lantana camara <i>Verbenaceae</i>	Lantana	Thé de Gambie
Litchi chinensis Sonn. <i>Sapindaceae</i>	Litchi Lychee	Litchi
<i>Nephelium litchi Camb.</i>		
Malpighia puniceifolia L. <i>Malpighiaceae</i>	Acerola West indian cherry Barbados cherry	Cerise des Antilles Cerise Acerola
Malpighia marginata		

Mammea africana Sabine <i>Clusiaceae / Guttiferae</i>	Mammea	Mammea africana
Mammea americana L. <i>Clusiaceae / Guttiferae</i>	Mamey Mammiapple	Pomme de Mammey Abricot de St Domingue
Mangifera indica L. <i>Anacardiaceae</i>	Mango Indian mango	Mangue
Manilkara zapota (L.) Van Royen <i>Sapotaceae</i>	Sapodilla Chicle Naseberry	Sapotille
<i>Achras sapota</i> L. <i>Achras zapota</i> L.	Nispero Sapota	
Mespilus germanica L. <i>Rosaceae</i>	Medlar	Nêfle
Mimusops zeyheri Sond. <i>Sapotaceae</i>	Mimusops	Mimusops zeyheri
Morus nigra L. <i>Moraceae</i>	Black mulberry	Mûre noire
Morus spp. <i>Moraceae</i>	Mulberry	Mûre (non spécifiée)
Musa spp. <i>Musaceae</i>	Banana common	Banane douce
<i>Musa sapientum</i> L.		
Napoleonaea vogelii Hook.& Planch. <i>Lecythidaceae</i>	Belwisia	Belwisia
<i>Belwisia vogelii</i>		
Nauclea latifolia Sm. <i>Rubiaceae</i>	Peach African	Pêche africaine
<i>Sarcocephalus latifolius</i> Sabine <i>Sarcocephalus esculentus</i> Afzelius		
Nephelium lappaceum L. <i>Sapindaceae</i>	Rambutan Rhambustan Hairy lychee	Ramboutan Litchi chevelu
<i>Euphorbia nephelium</i> DC.		
Nephelium longanum (Lam.) Cam. <i>Sapindaceae</i>	Longan Dragon eyes	Longan
<i>Euphoria longana</i> Lam. <i>Dimocarpus longan</i>		
Olax obtusifolia De Wild. <i>Olacaceae</i>	Olax	Olax

Opuntia ficus-indica (L.) Mill. <i>Cactaceae</i>	Prickly pear Indian fig Barbary fig Tuna	Figue de Barbarie
Opuntia vulgaris Ten. Opuntia occidentalis Auct.		
Parinari curatellifolia Planch. ex Benth. <i>Chrysobalanaceae / Rosaceae</i>	Mobola plum Marbola plum Sand apple Cork tree Hissing tree	Parinaire mobola
Parinari mobola Oliv. Parinari curatellifolia ssp. mobola (Oliv.) R. Gra		
Parinari excelsa Sabine <i>Chrysobalanaceae / Rosaceae</i>	Parinarium Gray plum	Parinaire Sougué (nom du bois)
Parinari holstii		
Parinari macrophylla Sabine <i>Chrysobalanaceae / Rosaceae</i>	Gingerbread plum	Pomme du Cayor
Parkia spp. <i>Mimosaceae</i>	African locust bean Nitta tree Stinking bean	Néré Arbre à farine Mimosa pourpre Caroubier africain
P. biglobosa (Jacq.) Benth. P. clappertoniana Keay P. africana R. Br. P. filicoïdea Welw. ex Oliv. P. speciosa Hassk.		
Passiflora edulis Sims. var. edulis <i>Passifloraceae</i>	Passion fruit Granadillas	Fruit de la Passion (var. pourpre ou jaune)
Passiflora quadrangularis L. <i>Passifloraceae</i>	Giant granadilla	Barbadine
Passiflora macrocarpa		
Paullinia pinnata L. <i>Sapindaceae</i>	Paulinia	Paulinia
Persea americana Mill. <i>Lauraceae</i>	Avocado Abogado Alligator pear	Avocat
Persea gratissima Gaertn. f.		
Phoenix dactylifera L. <i>Areaceae</i>	Date	Datte
Phoenix dactylifera L. <i>Areaceae</i>	Date Deglet-nour	Datte Deglet-nour
Phoenix reclinata Jacq. <i>Areaceae</i>	Phoenix	Datte naine

Prunus armeniaca L. <i>Rosaceae</i>	Apricot	Abricot
Pseudospondias longifolia Engl. <i>Anacardiaceae</i>	Pseudospondias	Pseudospondias
Psidium guajava L. <i>Myrtaceae</i>	Guava	Goyave
Punica granatum L. <i>Punicaceae</i>	Pomegranate	Grenade
Rubus pinnatus Willd. var. afrotropicus Engl. <i>Rosaceae</i>	Rubus	Rubus africain
Saba senegalensis (A. DC.) Pichon <i>Apocynaceae</i>	Gumvine	Saba du Sénégal
<i>Landolphia senegalensis</i>		
Saccharum officinarum L. <i>Poaceae / Graminaceae</i>	Sugar cane	Canne à sucre
Salacia spp. <i>Hippocrateaceae</i>	Salacia	Salacia
Santiria trimera (Oliv.) Aubr. <i>Burseraceae</i>	Santiria	Santiria Balsamier Arbre à baume
<i>Pachylobus trimera</i> <i>Pachylobus balsamiflora</i>		
Sclerocarya birrea (A. Rich.) Hochst. <i>Anacardiaceae</i>	Sclerocarya Morula Marula	Sclerocarya birrea
<i>Poupartia birrea</i> (A. Rich.) Aubr.	Cider tree	
<i>Spondias birrea</i> (A. Rich.)	Cat thorn	
<i>Sclerocarya caffra</i> Sond.	Maroola nut	
<i>Poupartia caffra</i> (Sond.) H. Perr.		
Sorindeia katangensis Van der Veken <i>Anacardiaceae</i>	Sorindeia	Sorindeia du Katanga
Spondias cytherea Sonn. <i>Anacardiaceae</i>	Ambarella	Pomme de Cythère Prune de Cythère
<i>Spondias dulcis</i>		
Spondias mombin L. <i>Anacardiaceae</i>	Mombin yellow Hog plum Golden apple	Mombin jaune Prune mirobolante Prune des Antilles
<i>Spondias lutea</i>	Ashanti plum	

Strychnos spinosa Lam. <i>Loganiaceae</i>	Kaffir orange Monkey ball Elephant orange Natal orange	Orange de brousse
Brehmia spinosa (Lam.) Harv. ex DC. B. spinosa ssp. lokua (A. Rich.) Bruce S. spinosa var. pubescens Bak. Strychnos laxa Soler.		
Strychnos spp. <i>Loganiaceae</i>	Strychnos (other than Kaffir orange)	Strychnos (autres que l'orange de brousse)
Strychnos cocculoïdes Baker Strychnos innocua Del. Strychnos pungens Solered		
Swartzia fistuloides Harms <i>Fabaceae</i>	Swartzia	Swartzia
Syzygium guineense (Willd.) D.C. <i>Myrtaceae</i>	Water berry	Syzygium
Eugenia guineensis		
Syzygium jambos (L.) Alst. <i>Myrtaceae</i>	Roseapple Jaman Jambos Jamrosade Pomarosa Jamrose	Pomme rose Jambose Jamerose Prune malabar
Eugenia jambos (L.) Stokes		
Syzygium malaccense L. M. & Per. <i>Myrtaceae</i>	Mountain apple Pinkapple Ohia	Pomme malac Jamelac Jambosier rouge Poire de cire
Eugenia malaccensis L.		
Syzygium spp. <i>Myrtaceae</i>	Eugenia	Eugenia
S. jambos (L.) Alst. S. aqueum S. guineense S. malaccensis Eugenia uniflora L. Eugenia michellii Lam.		
Tamarindus indica L. <i>Cesalpiniaceae</i>	Tamarind	Tamarin
Trichilia spp. <i>Meliaceae</i>	Bitterwood	Mafourère
Trichoscypha spp. <i>Anacardiaceae</i>	Trichoscypha	Raisin pahouin Mvout
Uapaca paludosa Aubr. & Leandri <i>Euphorbiaceae</i>	Uapaca	Assam Uapaca

Vangueriopsis lanciflora (Hiern) Robyns <i>Rubiaceae</i>	Vangueriopsis	Vangueriopsis
Vitellaria paradoxa C.F. Gaertn. <i>Sapotaceae</i>	Sheabutter	Karité
Butyrospermum paradoxum (C.F. Gaertn.) Hepper		
Vitex doniana Sweet. <i>Verbenaceae</i>	Black plum African oak	Prune noire Grain bouchon
Vitex cienkowskii Kotschy et Peyr. Vitex cuneata Schum. & Thonn. Vitex umbrosa G. Don ex Sabine Vitex paludosa Vatke		
Vitex spp. <i>Verbenaceae</i>	Vitex	Vitex
Vitex doniana Sweet Vitex cienkowskii Kotschy & Peyr. Vitex madiensis Oliv. subsp. milanjiensis (Britten) Vitex mombassae Vatke		
Vitis vinifera L. <i>Ampelidaceae</i>	Raisins	Raisin sec
Vitis vinifera L. <i>Ampelidaceae</i>	Currants	Raisin de Corinthe
Ximenia caffra Sond <i>Olacaceae</i>	Sourplum	Ximenia
Zanha africana (Radlk.) Exell. <i>Sapindaceae</i>	Zanha africana	Zanha africana
Zanha gouloungensis Hiern <i>Sapindaceae</i>	Zanha gouloungensis	Zanha gouloungensis
Ziziphus mauritiana Lam. <i>Rhamnaceae</i>	Ber Indian cherry Indian jujube Indian plum	Jujube d'Inde Masson Jujube masson
Ziziphus jujuba (L.) Lam. non Mill. Ziziphus jujuba (L.) Gaertn. Ziziphus orthacantha DC. Ziziphus abyssinicus Ziziphus sativa Gaertner Ziziphus jujuba Lam.		

Ziziphus spina-christi (L.) Desf. <i>Rhamnaceae</i>	Christ's thorn Kurna	Lotus du Coran Jujube de Palestine
Ziziphus sphaerocarpa Tul. Ziziphus africana Mill. Ziziphus amphibia A. Chev. Rhamnus spina-christi L.		
Ziziphus ziziphus (L.) Meikle et Z. jujuba Mill. <i>Rhamnaceae</i>	Jujube common and Chinese date Jujubas Chinese jujube	Jujube commun et Jujube de Chine
Ziziphus vulgaris Lam. Ziziphus lotus Willd. Rhamnus zizyphus L.		
Ziziphus jujuba Mill. <i>Rhamnaceae</i>	Chinese date Jujubas Chinese jujube Jujube	Jujube de Chine Jujube commun
Ziziphus ziziphus (L.) Meikle <i>Rhamnaceae</i>		Jujube commun
Ziziphus vulgaris Lam. Ziziphus lotus Willd. Rhamnus zizyphus L.		

La publication de cette table de composition des fruits exotiques et des fruits de cueillette d'Afrique se justifiait pour plusieurs raisons :

- les progrès réalisés dans l'analyse chimique et la connaissance des ces aliments ;
- leur intérêt nutritionnel tant pour les pays producteurs que pour les pays développés où leur consommation s'accroît en quantité comme en diversité.

En 186 fiches de composition, cette table présente **145 fruits et leurs dérivés (jus, fruits séchés)**, répartis en deux grands groupes :

- 43 fruits cultivés, déjà rencontrés ou prochainement disponibles sur les marchés des pays développés ;
- 102 fruits de cueillette consommés dans les régions tropicales et subtropicales, particulièrement en Afrique du Nord, de l'Ouest et du Centre.

Les tableaux de composition indiquent les valeurs moyennes, mais aussi, chaque fois qu'il est possible, l'intervalle de variation et le nombre d'échantillons analysés. La valeur énergétique, la proportion de partie comestible et les teneurs en eau, protéines totales, lipides totaux, glucides disponibles, fibres, minéraux, et vitamines sont rapportées à cent grammes de partie comestible. Les teneurs en acides aminés et en acides gras, ainsi que celles de certains sucres, oligo-éléments, acides organiques et amines biogènes, sont parfois indiquées.

L'introduction et le mode d'emploi de la table sont rédigés en français et en anglais. **L'indexation multiple et bilingue** permet à l'utilisateur d'accéder rapidement à la fiche de chaque produit, quel que soit le nom ou le synonyme sous lequel il le connaît ("scientifique", français, anglais). De plus, les recherches sont facilitées par une table synoptique.

De nombreux professionnels seront intéressés par ce précieux outil : nutritionnistes, diététiciens, épidémiologistes de la nutrition, éducateurs, vulgarisateurs, consommateurs, chercheurs et, dans le secteur agro-alimentaire, producteurs, transformateurs et distributeurs.



AUTRES TABLES DE COMPOSITION PARUES

Tome 1 : TABLE DE COMPOSITION DES CORPS GRAS

Tome 2 : TABLE DE COMPOSITION DES PRODUITS LAITIERS

2-85206-912-1



9 782852 069121