



Italian Organic Vegetables

Scheda Tecnica

CAROTA BIO

Autunno – Invernale
Categoria I

<i>Categoria</i>	Verdure e ortaggi
<i>Codice Alimento</i>	5150
<i>Nome Scientifico</i>	Daucus carota
<i>English Name</i>	Carrots, fresh, raw
<i>Parte Edibile</i>	95 g
<i>Porzione</i>	200 g
<i>Origine</i>	Italia
<i>Zona produzione</i>	Lazio
<i>Certificazioni</i>	Biologico – Global Gap

Formati ed Imballaggi

CASSETTA DI CAROTE BIOLOGICHE

CLASSIFICAZIONE	Categoria I
STAGIONALITÀ	Da Ottobre – A Febbraio
CERTIFICAZIONI	Biologico – Global Gap
CONDIZIONAMENTO	Scrub con spazzole e lavaggio con acqua potabile



Italian Organic Vegetables

Formato

DESCRIZIONE	Cassetta di plastica contenente Carote con calibro della radice compreso tra 20mm e 40mm
MODELLO IMBALLO	Cassetta di plastica alimentare con fondo e lati parzialmente arieggianti, carote confezionate in busta termosaldada
CAPACITÀ	Ciascuna cassetta contiene 10 kg di prodotto
CODICE ART	CAROTA BIOLOGICA
DIMENSIONI (H X L X P) IN mm	300 x 400 x 200 oppure 300 x 500 x 160
TRASPORTO	Refrigerato compreso tra 0°C e 4°C

Dimensione di un Pallet Monoprodotto formato 80x120

DESCRIZIONE	Pallet in legno 13 kg
PEZZI PER PALLET/TOTALE	80
CONFEZIONI STRATI PALLET	10
CONFEZIONI PER STRATO	8
PESO TOTALE DEL PALLET	860 kg
DIMENSIONI (H X L x P) IN cm	225 x 120 x 80

Dimensione di un Pallet Monoprodotto 100x120

DESCRIZIONE	Pallet in legno 15 kg
PEZZI PER PALLET/TOTALE	100
CONFEZIONI STRATI PALLET	10
CONFEZIONI PER STRATO	10
PESO TOTALE DEL PALLET	1065 kg
DIMENSIONI (H X L x P) IN cm	225 x 120 x 100



Italian Organic Vegetables

Gusto e Aspetto:

Si consuma cruda, cotta, in varie preparazioni

Valori Nutrizionali

MACRO NUTRIENTI

Descrizione Nutriente	Valore per 100g	Valore per Porzione 200g	Origine Dato
Acqua (g)	90.0	180.0	A
Energia (kcal)	41	82	C
Energia (kJ)	171	342	C
Proteine (g)	1.1	2.2	A
Lipidi (g)	0.2	0.4	A
Colesterolo (mg)	0	0	S
Carboidrati disponibili (g)	7.6	15.2	C
Amido (g)	0	0	S
Zuccheri solubili (g)	7.6	15.2	A
Alcool (g)	0	0	S
Fibra totale (g)	3.1	6.2	A
Fibra solubile (g)	0.41	0.82	A
Fibra insolubile (g)	2.7	5.40	A

MINERALI

Descrizione Nutriente	Valore per 100g	Valore per Porzione 200g	Origine Dato
Sodio (mg)	95	190	A
Potassio (mg)	220	440	A
Calcio (mg)	44	88	A
Magnesio (mg)	11	22	B
Fosforo (mg)	37	74	A
Ferro (mg)	0.7	1.4	A
Rame (mg)	0.19	0.38	B
Zinco (mg)	2.92	5.84	B
Selenio (µg)	1	2.0	A



Italian Organic Vegetables

VITAMINE

Descrizione Nutriente	Valore per 100g	Valore per Porzione 200g	Origine Dato
Tiamina (mg)	0.04	0.08	A
Riboflavina (mg)	0.04	0.08	A
Niacina (mg)	0.7	1.40	A
Vitamina C (mg)	4	8	A
Vitamina A retinolo equivalente (µg)	1148	2296	A
Carotene alfa (µg)	3780	7560.0	A
Carotene beta (µg)	4970	9940.0	A
Criptoxantina (µg)	42.4	84.8	A

ALTRI COMPOSTI

Descrizione Nutriente	Valore per 100g	Valore per Porzione 200g	Origine Dato
Acido fitico (g)	0.01	0.02	A

Dati estratti da:

<https://www.alimentinutrizione.it/sezioni/tabelle-nutrizionali>, ultimo accesso Aprile 2025