

Umbu

Tabela nutricional para 100g de polpa

Calorias (Kcal)	44,0
Proteína (g)	0,6
Cálcio (mg)	20,0
Fósforo (mg)	14,0
Ferro (mg)	2,0
Vitamina A (mg)	30,0
Vitamina C (mg)	33,0
Vitamina B1 (mg)	0,04

Fonte: <http://www.portalsaofrancisco.com.br/alfa/umbu/umbu-1.php>