



INFORMACIÓN NUTRICIONAL⁶
por 100 g

**ZESPRI
GREEN**

**ZESPRI
SUNGOLD**

Energía (Kcal)	81	79
H. de carbono (g)	14,7	15,8
Azúcares totales (g)	8,8	12,3
Fibra (g)	3	1,4
Potasio (mg)	300,6	315
Vitamina C (mg)	85,1	161,3
Folatos (µg)	38,2	30,6
Vitamina E (mg)	0,86	1,42

WWW.ZESPRI.EU/PROFESIONALES-SALUD

SÍGUENOS EN



KIWIS ZESPRI®



ALIMENTA LA VITALIDAD

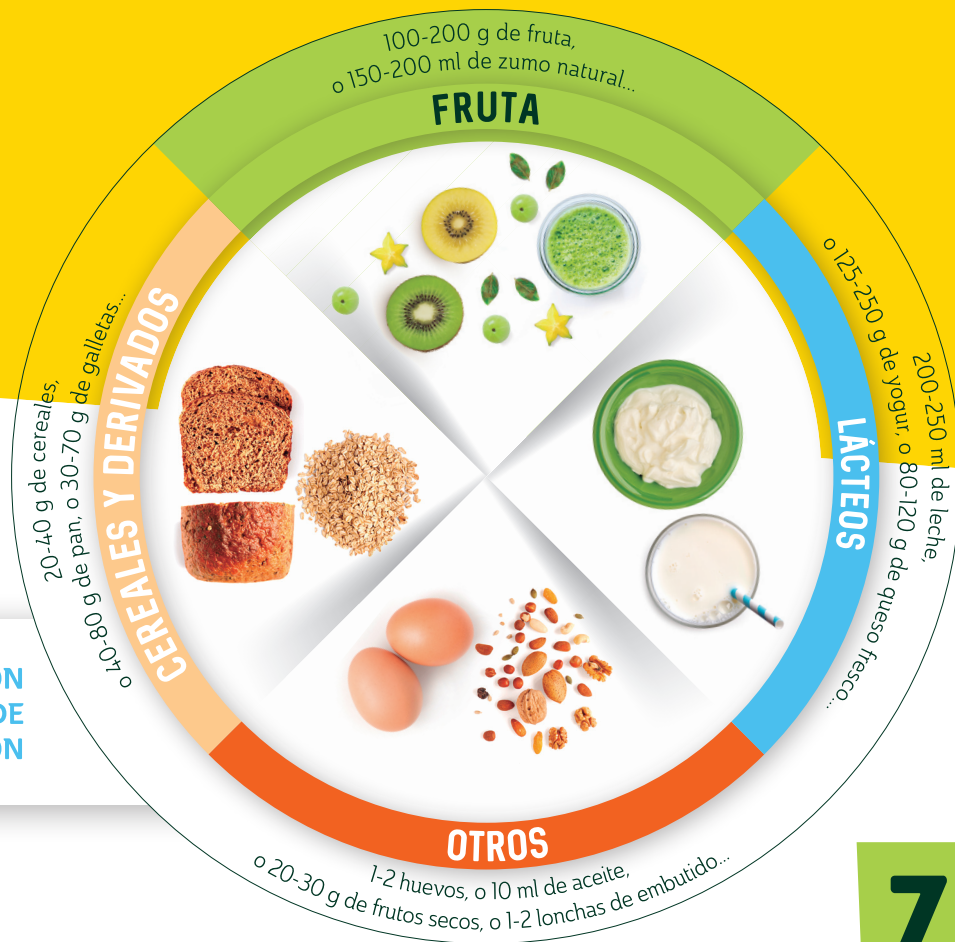
DESDE PRIMERA

HORA DEL DÍA



Zespri
Kiwifruit

DESAYUNO COMPLETO¹



FUNDACIÓN
ESPAÑOLA DE
LA NUTRICIÓN

RICO EN VITAMINA C³

- **↓ CANSANCIO Y FATIGA**
- **FUNCIÓN PSICOLÓGICA NORMAL**
- **↑ ABSORCIÓN DE HIERRO**
- **ACCIÓN ANTIOXIDANTE**

ZESPRI ZESPRI



1. Estado de situación sobre el desayuno en España. FEN. 2018;
2. www.zespri.eu/espaciovitalidad/estudio-vitalidad-2018;

II ESTUDIO DE VITALIDAD ZESPRI®

SOBRE LOS HÁBITOS VITALES DE LOS ESPAÑOLES²

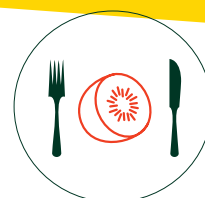
• **25%** NO TOMA NADA SÓLIDO ENTRE LA CENA Y LA COMIDA DEL DÍA SIGUIENTE



• EL **40%** SOLO CONSUME UN CAFÉ O UNA INFUSIÓN EN EL DESAYUNO



• SÓLO **8%** CONSUME HABITUALMENTE FRUTA EN EL DESAYUNO



GREEN Y SUNGOLD



↓ **20%** SENSACIÓN DE HAMBRE⁴



APORTE CALÓRICO REDUCIDO³:
79-81 KCAL/100 G



BAJO ÍNDICE GLUCÉMICO⁵: **38-39**

3. EU register of nutrition and health claims made on foods;

4. Kiwifruit Non-Sugar Components Reduce Glycaemic Response to Co-Ingested Cereal in Humans. Nutrients 2017, 9, 1195;

5. Kiwifruit, carbohydrate availability, and the glycemic response. Adv Food Nutr Res. 2013;68:257-71;

6. USDA National Database for Standard Reference. Release 28. 2016