



PRODUCTO: **Aguacate**
 VARIEDAD: **Hass**
 NOMBRE CIENTÍFICO: Persea americana L

ORIGEN: Colombia

DESCRIPCIÓN: Fruta de color verde, es de forma ovalada o de pera y de textura suave y cremosa. Tiene una semilla pequeña, se puede pelar fácilmente y tiene

un excelente sabor. Tiene un tamaño entre medio y grande y su peso oscila entre 120 y 360 gramos. La piel de este tipo de aguacate es rugosa pero flexible y se oscurece al estar maduro. Originario de México, uno de los frutos más apetecidos mundialmente. Aporta vitaminas, entre las que se destacan la E, el ácido fólico y el glutatión, así como ácidos grasos como los omegas 9, 7, 6 y 3. Minerales: calcio, cobre, fósforo, hierro, magnesio, manganeso, potasio, selenio, sodio y zinc.

CALIDAD: Los frutos deben de tener color verde oscuro, forma y rugosidad epidérmica propios de la variedad; deben de estar sanos, limpios, sin humedad exterior anormal, sin malformaciones, quemaduras de sol, heridas o daños mecánicos. Pedúnculos presentes en al menos el 95% de las piezas.

GRADOS: 10 12 14 16 18 20 70 82

EMBALAJE: El empaque se realiza en cajas de cartón, las presentaciones de 4 y 10 Kg son las más usadas.

Disponibilidad:

Información nutricional	
Tamaño de la porción	100g
Porciones por envase	1
Cantidad por porción	
Calorías 170	Calorías de grasa 0
% Valor diario*	
Grasa total 15g	23%
Grasas saturadas 2g	10%
Grasas trans 0g	
Colesterol 0mg	0%
Sodio 0mg	0%
Carbohidratos totales 10g	3%
Fibra dietética 7g	28%
Azúcares 0g	
Proteína 0g	
Vitamina A	0%
Vitamina C	13%
Calcio	2%
Hierro	7%
*El porcentaje de valores diarios están basados en una dieta de 2.000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.	

Mes	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
Aguacate	Media	Baja	Media	Alta	Alta	Alta	Media	Baja	Media	Media	Media	Baja