



板垣だいこん

福井市板垣地区で栽培されています。

一般的な大根と比べ細根の大根です。



辛味が強いのが特徴で、肉質は締まっており、糠漬けでは食感のよさが楽しめます。また、カリウムを多く含みます。

● 収穫時期: 10月～11月

栄養成分

可食部100gあたり

	エネルギー (kcal)	水分 (g)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 (g)
根、生	25	92.7	0.8	0.1	5.6	2.2
葉、生	24	91.6	2.0	0.3	4.6	3.2

ミネラル

	ナトリウム (mg)	カルシウム (mg)	マグネシウム (mg)	鉄 (mg)	亜鉛 (mg)	カリウム (mg)
根、生	8	21	10	0.4	0	340
葉、生	13	127	23	1.0	0	518

ビタミン

	A:β -カロテン (μ g)	B1 (mg)	B2 (mg)	C (mg)	葉酸 (μ g)
根、生	0	0.02	0.05	25	33
葉、生	1800	0.05	0.11	93	140

Tr : 検出感度以下

— : 未測定

注)この成分値は平成16～18、23、26,27年度に測定した結果をまとめたものです
同じ食品でも年度、収穫時期、産地により値が異なりますので、ご注意ください