



COCONUT DATA SHEET	
VARIETY	Typical: big, medium. Manila: big, medium bald
SCIENTIFIC NAME	Cocos Nucifera
ORIGIN	South east asia (Malaysia, Indonesia, Philippines) and the islands along the pacific and Indian ocean. After the discovery of the Buena Esperanza Cape, the fruit was introduced in Africa, where it started to spread to the american continent and other tropical regions of the world.
PHYSICAL TRAITS	Fruit shape: round, oval. Length: 6 to 12 inches Peel or shell: hard and dry Fruit Color: white.
DESCRIPTION AND SPECIFIC TRAITS	Coconut water is considered a refreshing isotonic beverage, that helps with digestion. Copra is the dried coconut kernels, from which oil is obtained. Coconut butter is obtained through a hydrogenation Process. Industry is using the fibers from the shell as material for rug manufacturing, upholstery and fertilizer



NUTRITION FACTS	Coconut water nutrition fact (100ml)																												
	<table><thead><tr><th data-bbox="773 304 1071 346">Component</th><th data-bbox="1071 304 1432 346">Content</th></tr></thead><tbody><tr><td data-bbox="773 346 1071 388">Energy</td><td data-bbox="1071 346 1432 388">20 Kcal</td></tr><tr><td data-bbox="773 388 1071 430">Protein</td><td data-bbox="1071 388 1432 430">0.1 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 430 1071 472">Carbohydrates</td><td data-bbox="1071 430 1432 472">5.5 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 472 1071 514">Lipids</td><td data-bbox="1071 472 1432 514">0.05 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 514 1071 556">Sodium</td><td data-bbox="1071 514 1432 556">25 mg.</td></tr><tr><td data-bbox="773 556 1071 598">Potassium</td><td data-bbox="1071 556 1432 598">160 mg.</td></tr><tr><td data-bbox="773 598 1071 640">Chlorine</td><td data-bbox="1071 598 1432 640">20 mg.</td></tr><tr><td data-bbox="773 640 1071 682">Calcium</td><td data-bbox="1071 640 1432 682">5 gr</td></tr><tr><td data-bbox="773 682 1071 724">Phosphorus</td><td data-bbox="1071 682 1432 724">0.5 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 724 1071 766">Magnesium</td><td data-bbox="1071 724 1432 766">0.45 mg</td></tr></tbody></table>	Component	Content	Energy	20 Kcal	Protein	0.1 gr.	Carbohydrates	5.5 gr.	Lipids	0.05 gr.	Sodium	25 mg.	Potassium	160 mg.	Chlorine	20 mg.	Calcium	5 gr	Phosphorus	0.5 mg	Magnesium	0.45 mg						
Component	Content																												
Energy	20 Kcal																												
Protein	0.1 gr.																												
Carbohydrates	5.5 gr.																												
Lipids	0.05 gr.																												
Sodium	25 mg.																												
Potassium	160 mg.																												
Chlorine	20 mg.																												
Calcium	5 gr																												
Phosphorus	0.5 mg																												
Magnesium	0.45 mg																												
	<table><thead><tr><th data-bbox="773 903 1071 945">Composition</th><th data-bbox="1071 903 1432 945">Content</th></tr></thead><tbody><tr><td data-bbox="773 997 1071 1039">Water</td><td data-bbox="1071 997 1432 1039">80.6 gr. 51.9 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 1039 1071 1081">Lipids</td><td data-bbox="1071 1039 1432 1081">5.5 gr. 26.1 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 1081 1071 1123">Carbohydrates</td><td data-bbox="1071 1081 1432 1123">11 gr. 15.1 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 1123 1071 1165">Ashes</td><td data-bbox="1071 1123 1432 1165">0.6 gr. 0.9 gr.</td></tr><tr><td data-bbox="773 1165 1071 1207">Fiber</td><td data-bbox="1071 1165 1432 1207">0.9 gr 2.1 gr</td></tr><tr><td data-bbox="773 1207 1071 1249">Calcium</td><td data-bbox="1071 1207 1432 1249">10 mg 32 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1249 1071 1291">Phosphorus</td><td data-bbox="1071 1249 1432 1291">54 mg 96 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1291 1071 1333">Iron</td><td data-bbox="1071 1291 1432 1333">0.7 mg 1.5 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1333 1071 1375">Thiamin</td><td data-bbox="1071 1333 1432 1375">0.07 mg 0.04 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1375 1071 1417">Riboflavin</td><td data-bbox="1071 1375 1432 1417">0.04 mg 0.03 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1417 1071 1459">Niacin</td><td data-bbox="1071 1417 1432 1459">0.9 mg 0.4 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1459 1071 1501">Vitamin C</td><td data-bbox="1071 1459 1432 1501">4 mg 3 mg</td></tr><tr><td data-bbox="773 1501 1071 1543">Energy</td><td data-bbox="1071 1501 1432 1543">96 Kcal 293 Kcal</td></tr></tbody></table>	Composition	Content	Water	80.6 gr. 51.9 gr.	Lipids	5.5 gr. 26.1 gr.	Carbohydrates	11 gr. 15.1 gr.	Ashes	0.6 gr. 0.9 gr.	Fiber	0.9 gr 2.1 gr	Calcium	10 mg 32 mg	Phosphorus	54 mg 96 mg	Iron	0.7 mg 1.5 mg	Thiamin	0.07 mg 0.04 mg	Riboflavin	0.04 mg 0.03 mg	Niacin	0.9 mg 0.4 mg	Vitamin C	4 mg 3 mg	Energy	96 Kcal 293 Kcal
Composition	Content																												
Water	80.6 gr. 51.9 gr.																												
Lipids	5.5 gr. 26.1 gr.																												
Carbohydrates	11 gr. 15.1 gr.																												
Ashes	0.6 gr. 0.9 gr.																												
Fiber	0.9 gr 2.1 gr																												
Calcium	10 mg 32 mg																												
Phosphorus	54 mg 96 mg																												
Iron	0.7 mg 1.5 mg																												
Thiamin	0.07 mg 0.04 mg																												
Riboflavin	0.04 mg 0.03 mg																												
Niacin	0.9 mg 0.4 mg																												
Vitamin C	4 mg 3 mg																												
Energy	96 Kcal 293 Kcal																												
	Information taken from: COAGROPACIFICO																												



FICHA TECNICA COCO																							
VARIEDAD	Típico grande, típico mediano, manila grande, manila mediano y clavo																						
NOMBRE CIENTÍFICO	Cocos Nucifera																						
ORIGEN	Es originario del sudeste asiático (Malasia, Indonesia, y Filipinas) y las islas entre los océanos indico y pacífico. Después del descubrimiento del Cabo de Buena Esperanza, la planta fue introducida en África occidental, desde allí, disperso a el continente americano y otras regiones tropicales del mundo.																						
CARACTERÍSTICAS FISICAS	Forma de la fruta: ovalada; redondo Longitud de fruta: 6 a 12 pulgadas Recubrimiento de frutas: seco o duro. Color de la furta: Blanco																						
DESCRIPCIÓN Y CARACTERÍSTICAS PARTICULARES	El agua de coco, es considerada una bebida isotónica y refrescante en los países tropicales. A esta bebida se le atribuyen propiedades que contribuyen al tránsito intestinal. La copra es el aceite que se obtiene del fruto ya seco. La manteca de coco se obtiene por un proceso de hidrogenación. La industria está utilizando la fibra de cáscara de la médula como materia prima para alfombras, relleno de asientos, y en agrícolas como abonos.																						
COMPOSICIÓN NUTRICIONAL	Contenido Nutricional del Agua de Coco. (Para 100 ml). <table><thead><tr><th>Componente</th><th>Contenido</th></tr></thead><tbody><tr><td>Energía</td><td>20 Kcal</td></tr><tr><td>Proteínas</td><td>0.1 gr.</td></tr><tr><td>Carbohidratos</td><td>5.5 gr.</td></tr><tr><td>Lípidos</td><td>0.05 gr.</td></tr><tr><td>Sodio</td><td>25 mg.</td></tr><tr><td>Potasio</td><td>160 mg.</td></tr><tr><td>Cloro</td><td>20 mg.</td></tr><tr><td>Calcio</td><td>5 gr</td></tr><tr><td>Fósforo</td><td>0.5 mg</td></tr><tr><td>Magnesio</td><td>0.45 mg</td></tr></tbody></table> Composición contenido	Componente	Contenido	Energía	20 Kcal	Proteínas	0.1 gr.	Carbohidratos	5.5 gr.	Lípidos	0.05 gr.	Sodio	25 mg.	Potasio	160 mg.	Cloro	20 mg.	Calcio	5 gr	Fósforo	0.5 mg	Magnesio	0.45 mg
Componente	Contenido																						
Energía	20 Kcal																						
Proteínas	0.1 gr.																						
Carbohidratos	5.5 gr.																						
Lípidos	0.05 gr.																						
Sodio	25 mg.																						
Potasio	160 mg.																						
Cloro	20 mg.																						
Calcio	5 gr																						
Fósforo	0.5 mg																						
Magnesio	0.45 mg																						



Silica Trading

		Tierna Madura
Agua		80.6 gr. 51.9 gr.
Lípidos		5.5 gr. 26.1 gr.
Carbohidratos		11 gr. 15.1 gr.
Cenizas		0.6 gr. 0.9 gr.
Fibra		0.9 gr 2.1 gr
Calcio		10 mg 32 mg
Fósforo		54 mg 96 mg
Hierro		0.7 mg 1.5 mg
Tiamina	0.07 mg	0.04 mg
Riboflavina		0.04 mg 0.03 mg
Niacina		0.9 mg 0.4 mg
Vitamina C		4 mg 3 mg
Energía		96 Kcal 293 Kcal
Información tomada de: COAGROPACIFICO		