

Coco destopado

Blanco, café y verde

COCOS NUCIFERA L

Es usado para la **producción de aceite** y para **consumo como fruta** fresca, aunque el contenido de agua es alto, el sabor es dulce. La polinización es cruzada por ello existe una diversidad de tipos. Entre sus ventajas para cultivo están: el tamaño grande del fruto, la robustez de la planta, el contenido alto de copra, entre otros.



Temperatura ideal
8-10 °C



Vida de anaquel
Expuesta a temperatura ambiente
25-30 Días

ORIGEN

DISPONIBILIDAD

	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
Jalisco												
Colima												
Guerrero												
Michoacán												
Nayarit												
Oaxaca												
Quintana Roo												
Sinaloa												
Veracruz												

Poca disponibilidad  Alta disponibilidad

Tamaño

El calibre se determina por el diámetro máximo de la sección ecuatorial del fruto, de acuerdo a la tabla que se muestra a continuación:

13"

14"

15"

16"



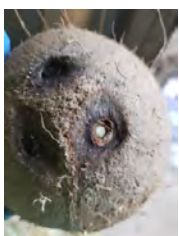
Certificaciones



TABLA NUTRICIONAL

Energía	351 Kcal
Proteína	3.20 g
Grasa	360 g
Carbohidratos	3.70 g
Ácidos grasos saturados	27.84 g
Grasos monoinsaturados	2.14 g
Grasos poliinsaturados	0.55 g
Fibra	13.60 g
Calcio	13 mg
Hierro	2.10 mg
Potasio	440 mg
Fósforo	94 mg
Magnesio	52 mg
Sodio	17 mg
Vitamina B6	0.04 mg
Vitamina E	0.70 mg
Vitamina C	2.00 mg
Vitamina B1 (Tiamina)	0.003 mg
Vitamina B2 (Rivoflavina)	0.02 mg
Niacina	0.30 mg
Ácido fólico	26.00 mg

Daños



Brote



Hongo



Quebrado

