

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Senseo : cappuccino	100 ml	1.3	0.1	60	1.5	7	3
Senseo café choco	100 g	0.7	0.1	34	0.9	4	1.5
Séré maigre freefrom	100 g	0.9	0.1	55	11	2.5	0.1
Séré maigre nature (weightwatchers) coop	100 g	1.1	0.1	67	11	5	0.2
Séré maigre nestlé hirz	100 g	1.0	0.1	61	12	3.5	0.1
Serious mass	100 g	6.4	0.6	373	15	75	1.5
Sésame	100 g	12.5	1.2	500	13.3	17.6	37.3
Sésame blond complet toasté	100 g	15.0	1.5	564	18	10	50
Seven up light	100 ml	0.0	0.0	0.2	0.1	0.1	0
Shake herbalife formule 1	100 g	6.9	0.7	356	34.6	34.6	8.8
Shark energy drink	1 canette	2.4	0.2	146	0.1	35	0
Shortbread pur beurre les saveurs u : par biscuit	1 unité	2.3	0.2	99	1.1	10.8	5.7
Silhouette active	100 ml	1.0	0.1	48	3.85	5.05	1.35
Silhouette active candia	100 ml	1.0	0.1	48	3.85	5.05	1.35
Silhouette active chocolat	100 ml	1.0	0.1	48	3.85	5.05	1.35
Sirop agave	100 g	5.3	0.5	312	1	75	0.5
Sirop d agave	100 g	5.3	0.5	312	1	75	0.9
Sirop d'agave	100 g	5.2	0.5	312	0	75	0
Sirop d'agave bio 250ml (bjorg)	100 g	7.1	0.7	420	0.5	106	0.5
Sirop d'agave bio 350g (saveurs attitudes)	100 g	4.9	0.5	286	0.5	80	1
Sirop d'érable	100 g	2.9	0.3	172	0	43	0
Sirop d'érable mc morning mac do : par portion de 27 g	1 portion	1.4	0.1	81	0	20.3	0
Sirop de cassis delhaize	100 ml	5.7	0.6	342	0.1	80	0.1
Sirop de citron sport	100 ml	4.4	0.4	264	0	63.8	0
Sirop de fruit de la passion auchan	100 ml	5.1	0.5	304	0.1	76	0
Sirop de grenadine ( everyday )	100 ml	4.6	0.5	278	0	69.4	0
Sirop de grenadine alléga en sucre	100 ml	5.7	0.6	340	0.1	85	0.1
Sirop de grenadine teisseire	100 ml	5.8	0.6	348	0	87	0
Sirop de menthe (bouteille 75 cl)	100 ml	4.7	0.5	284	0	71	0
Sirop de menthe allégé william	100 ml	0.3	0.0	19	0.1	4.5	0.1
Sirop de menthe auchan	100 ml	4.7	0.5	280	0	70	0
Sirop de pêche teisseire	100 ml	5.5	0.5	328	0	82	0
Sirop de pomme bio naturgie	100 g	5.1	0.5	306	0.01	66.25	0.01
Sirop de the de peche carrefour	100 ml	4.9	0.5	292	0	73	0
Sirop golden circle apple raspberry crush	100 ml	0.6	0.1	36	0	8.9	0
Sirop menthe teisseire	100 g	5.1	0.5	308	0.1	77	0.1
Sirop teisseire grenadine 0% dilué dans l'eau	100 ml	0.0	0.0	2	0	0.4	0
Skippy beurre de cacahuètes	100 g	16.0	1.6	629	22.2	23.8	49.4
Slim fast avec lait 2%	100 ml	5.1	0.5	260	14	35	6.9
Smacks	100 g	6.4	0.6	374	6	83	1.5
Smacks de kellogg's céréales	100 g	6.6	0.7	380	7	83	2
Smarties	100 g	9.5	0.9	455.9	4	71.5	17.1
Smoothie "fraise, framboise & myrtilles" marque immédia	100 ml	0.8	0.1	46	0.5	10.7	0.1
Smoothie ananas banane coco leader price	100 g	1.4	0.1	76	0.7	15	1.5
Smoothie ananas bananes & coco	100 g	1.3	0.1	69	0.7	13.6	1.1
Smoothie bio-best (astro)	1 unité	2.7	0.3	150	5	28	2
Smoothie dia banane-fraise	1 unité	2.0	0.2	116	0.6	13.3	0.2
Smoothie dia mangue-pêche	1 unité	0.9	0.1	53	0.4	12.5	0.1
Smoothie dia orange-carotte-banane	1 unité	1.3	0.1	78	1.2	17	0.17
Smoothie dia pomme-carotte-fraise	1 unité	1.2	0.1	73	0.7	17	0.1
Smoothie fraise banane pomme lacnor	100 ml	1.0	0.1	60	0.5	14.3	0.01
Smoothie fraise framboise 100% pur jus (tropicana)	100 g	0.8	0.1	49	0.6	11.1	0
Smoothie fraises bananes innocent	100 ml	0.9	0.1	53	0.6	14.3	0.1
Smoothie fruits&légumes ananas,poire,potiron	1 pot	2.0	0.2	117.5	0.75	27.8	0.25
Smoothie mangue fruits de la passion leader price	100 g	1.0	0.1	56	0.62	13	0.22
Smoothie mangue kiwi	1 portion	2.5	0.3	142	6	26.3	1.3
Smoothie mangues & fruits de la passion innocent	100 ml	1.0	0.1	57	0.6	12.5	0.2
Smoothie mûres-cassis-myrtilles picard	100 ml	1.3	0.1	79	0.3	18.9	0.1
Smoothie myrtilles grenades & açai innocent	100 ml	1.2	0.1	71	0.6	16.2	0.1
Smoothie tropicana	100 ml	0.9	0.1	56	0.7	13.5	0.1
Smoothie tropicana fraise banane	100 ml	0.9	0.1	54	1.4	11.1	0.2
Snacks burgers cheese 'charal'	100 g	6.1	0.6	272	14	22.5	14
Snacks burgers cheese 'charal': pour 1 unité	1 unité	8.8	0.9	394	20.3	32.6	20.3
Snickers ( 1 barre )	1 unité	7.1	0.7	308	0	31.5	17.3
Snickers barre	100 g	11.4	1.1	504	9.5	55.5	26.9
Snickers crunch	1 unité	4.7	0.5	206	3.9	21.8	11.4
So grilled mac donalds	1 unité	7.4	0.7	370	23	45	11
So/soupe poireaux de picard	100 g	1.0	0.1	43	0.9	4.4	2.4
Soda au gingembre	1 canette	2.1	0.2	124	0	32.11	0
Soda racinette	1 canette	2.5	0.3	152	0	39.2	0
Sodebo le classic saumon fumé fromage frais	100 g	5.8	0.6	253	8.6	23.3	14
Soignon léger	100 g	5.6	0.6	242	27	2.6	13.7
Soja	100 g	9.0	0.9	422	35	30	18
Soja - graines de soja grillées	100 g	11.0	1.1	484	48	7.4	26
Soja 80 aptonia vanille	100 g	6.8	0.7	378	83	1.6	4.4
Soja au chocolat	100 g	1.9	0.2	100	3.8	8.5	2.5
Soja aux fruits leader price	100 g	1.5	0.1	77	2.9	12.9	1.5
Soja crème caramel	100 g	2.3	0.2	120	3.9	19.4	2.9