

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Sauge	100 g	8.1	0.8	399.5	10.6	60.7	12.7
Sauge moulue	100 g	6.7	0.7	315	10.63	60.73	12.75
Saumon à l'oseille (dia-ed)	100 g	2.7	0.3	122	5.1	12.9	5.6
Saumon à l'oseille (marie)	100 g	3.5	0.3	144	11.4	3	9.6
Saumon à l'oseille la cuisine des saveurs (aldi)	100 g	3.0	0.3	148	7.4	18.1	5.1
Saumon à la ciboulette-cap océan	100 g	4.7	0.5	197	17.5	3.2	12.8
Saumon atlantique au naturel sans peau conserve (casino)	100 g	3.1	0.3	144	22	0.1	6.2
Saumon atlantique fumé (aldi)	100 g	4.7	0.5	193	19	0.1	13
Saumon atlantique fumé (aldi) delikato	100 g	4.7	0.5	193	19	0.1	13
Saumon atlantique fumé carrefour	100 g	4.7	0.5	193	19	0	13
Saumon atlantique fumé élevé en ecosse (selection andré ledun)	100 g	3.9	0.4	176	22.6	0	9.1
Saumon atlantique tortis et crème à l'aneth (leader price)	100 g	4.6	0.5	203	7.9	18.1	11
Saumon en conserve	100 g	4.5	0.5	191	20.3	0	12.2
Saumon et farfalle weight watchers (rayon frais) : par plat de 300g	1 portion	6.2	0.6	323	23.4	42	6.9
Saumon et purée de pommes de terre aux epinard (auchan)	100 g	3.1	0.3	139	8.1	10.1	7.3
Saumon frais	100 g	5.0	0.5	206	20	0	14
Saumon fumé	100 g	4.1	0.4	185.3	25.4	0	9.3
Saumon fumé d'ecosse	100 g	3.9	0.4	174	22.6	0.5	9.1
Saumon fumé de norvège carrefour	100 g	4.4	0.4	195	24.2	0.4	10.7
Saumon fumé l'ecossais (william & james)	100 g	4.8	0.5	200	21	0	13
Saumon fumé norvège label rouge, carrefour	100 g	4.1	0.4	183	23.6	0.6	9.6
Saumon fumé norvège marque repère	100 g	4.6	0.5	200	24	1	11
Saumon monoprix atlantique fumé	100 g	4.5	0.4	190	21	0.1	11.7
Saumon rouge conserve	100 g	4.5	0.5	191	20.3	0	12.2
Saumon rouge conserve naturel south	100 g	4.5	0.5	191	20.3	0	12.2
Saumon sauce oseille (cora)	100 g	2.6	0.3	113	11.5	2	6.5
Saumon sauce oseille et ses pâtes : william saurin	100 g	2.3	0.2	106	8.1	7.7	4.8
Saumon sauvage au naturel connétable	100 g	2.1	0.2	110	23	0	2
Saumon trio de légumes et risotto au parmesan (marie)	100 g	3.5	0.3	149	7.2	9.5	9.1
Sauté de dinde et riz meida hallal	100 g	2.0	0.2	104	9.3	11.2	2.4
Sauté de veau	100 g	5.8	0.6	240	16	2	16
Savane chocolat	100 g	10.6	1.1	458	5.4	48.8	26.8
Savane chocolat noir	100 g	9.8	1.0	432.7	5.3	50	23.5
Savane pocket de brossard	100 g	9.4	0.9	410	5.2	45.4	23.1
Savane pocket, mini gâteau au chocolat brossard : par gâteau de 3	100 g	3.0	0.3	130	1.6	15.2	7.1
Savoie yaourt, au lait de chèvre nature	100 g	1.7	0.2	79	4.6	7.4	3.4
Savora amora	100 g	2.6	0.3	120	3.8	15	5.2
Scampi	100 g	1.7	0.2	86	17	0	2
Schmelzkase scheiben (tranchette fromage)	100 g	6.2	0.6	250	17	5	18
Schweppes	100 ml	0.6	0.1	36.4	0	9.1	0
Schweppes agrum'light	100 ml	0.0	0.0	1.9	0	0.2	0
Schweppes fruits rouges et cranberry light	100 ml	0.0	0.0	1.2	0	0.1	0
Schweppes noix de coco	100 ml	0.5	0.0	29	0	7	0
Sci-mentor premium whey	100 g	6.9	0.7	392	75	8.1	3
Scientec nutrition créatine system	100 g	5.3	0.5	314	15.6	62	0.4
Scitec 100% whey protein professional	100 g	7.3	0.7	384	76	5.6	8
Scitec barre protein boost coco/miel	100 g	5.3	0.5	278	20	36	6
Scitec nutrition protein boost beurre de cac	1 unité	5.9	0.6	295	20	33	9
Scitec-nutrition myomax gain	100 g	6.5	0.7	370	40	45	3
Scitec-nutrition myomax meal	100 g	6.8	0.7	372	61.5	19	5
Scitec-nutrition promix (three protein)	100 g	6.5	0.7	368	70	14	3.5
Scitec-nutrition volumass 35	100 g	6.2	0.6	350	35	44	3
Scones aux raisins monoprix : par unité de 45g	1 unité	2.8	0.3	142	3.28	22.85	3.78
Scrack (petit biscuits à saveurs) à la sicilienne panealba	100 g	9.5	1.0	465	10.8	69.8	15.8
Scrack (petits biscuits à saveurs) à la tomate et au basilic panealba	100 g	9.2	0.9	452	10.7	68.8	15
Secret de mousse laitière (framboise sauce mûre)	100 g	2.9	0.3	138	4.2	17.3	5.8
Secrets de grand-mère knorr poireaux oignons, croutons	100 g	1.0	0.1	44	1	6	2
Secrets de grand-mère knorr tomates, oignons, croutons	100 g	0.8	0.1	41	0.9	6.6	1.3
Seiche	100 g	1.2	0.1	67.4	14.8	0.7	0.6
Seitan en tranches soy	100 g	2.3	0.2	125	19.7	8	1.6
Selection de 3 riz marque repère	100 g	5.9	0.6	350	7.5	76	1
Selection maraîchère	100 g	0.9	0.1	46	3	5.3	1.4
Sélégerme gerblé	100 g	6.6	0.7	350	37.9	23.7	7.3
Sellou : pâtisserie orientale	100 g	7.2	0.7	266	0	35.8	25.3
Semoule	100 g	6.5	0.7	372	14	72	3.1
Semoule à couscous golden sun (lidl)	100 g	3.2	0.3	188	6.14	38.7	0.67
Semoule au lait aldi	100 g	2.6	0.3	128	3.4	19	4.3
Semoule au lait carrefour	100 g	2.6	0.3	128	3.4	19	4.3
Semoule au lait dia	100 g	2.4	0.2	124	3.8	20.5	3
Semoule au lait laitière : pot de 115g	1 pot	2.8	0.3	139	3.3	22	4.2
Semoule crue	100 g	6.0	0.6	353	12	74	1
Semoule cuite	100 g	1.8	0.2	105.8	3	23	0.2
Semoule de blé auchan	100 g	6.3	0.6	362	13.2	72.9	2
Semoule fine sim	100 g	6.1	0.6	353	13	73	1.5
Semouline	100 g	6.2	0.6	358	13	72	2
Senja intense en fruits mangue	100 g	1.5	0.1	76	2.9	12.2	1.7
Senja intense en saveur citron	100 g	1.4	0.1	72	2.8	11.4	1.7
Sensations exotiques (apéro-pétales soufflés à base de pomme de	100 g	11.4	1.1	505	5.5	60	27