

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS	POINTS	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
		100 gr ou unité	10 gr ou unité				
Cassoulet conserve leader price	100 g	2.9	0.3	130.5	7	11	6.5
Cassoulet de carcassonne à l'oie	100 g	3.3	0.3	154	8.9	14.3	6.9
Cassoulet raynal et roquelaure/ par portion	1 portion	11.2	1.1	500	31	34	26
Cassoulet william saurin	100 g	2.4	0.2	111	7.6	8.9	5
Caviar	100 g	7.7	0.8	330	30	7.5	20
Céleri (marque repère)	100 g	0.2	0.0	10	0.5	1	0
Celeri branche	100 g	0.2	0.0	12	1	2	0
Céleri en graines	100 g	9.3	0.9	392	18.07	41.35	25.27
Celeri rapé (bonduelle)	100 g	0.3	0.0	13	0.6	1.9	0.3
Céleri rapés en conserve (bonduelle)	100 g	0.3	0.0	13	0.6	1.9	0.3
Celeri rave	100 g	0.7	0.1	41.8	2	8	0.2
Céleri rémoulade (saveurs du jardinier)	100 g	2.7	0.3	101	0.9	3.8	9.1
Céleri rémoulade au fromage blanc (bonduelle)	100 g	4.3	0.4	157	2	3.5	15
Celeri remoulade au yaourt lidl	100 g	3.9	0.4	143	1.4	3	14
Céléri rémoulade carrefour	100 g	1.9	0.2	78	1	6.1	5.5
Céleri remoulade carrefour discount	100 ml	2.2	0.2	88	1	4	7
Céleri rémoulade saveur du jardinier (aldi)	100 g	2.7	0.3	101	0.9	3.8	9.1
Céleri-rave bouilli et égoutté	100 g	0.5	0.0	27	0.96	5.9	0.19
Céleri-rave cru	100 g	0.7	0.1	42	1.5	9.2	0.3
Cell-tech de muscle tech	100 g	5.2	0.5	310	0	75	0
Cenovis	100 g	3.8	0.4	225	35	20	0
Cépes	100 g	0.5	0.0	26.5	2.5	3	0.5
Cereal bien vu	100 g	6.3	0.6	373	8.2	82.7	1
Cérééal brin du jour marque repère forme flakes	100 g	6.3	0.6	370	11	78	1.5
Cérééal control + figue et son	100 g	9.0	0.9	421	9.7	56	17.5
Cereal nestle lion	100 g	8.0	0.8	418	6.4	76.9	9.5
Cérééal-goûters aux raisins	100 g	8.9	0.9	434	10.6	64.1	15
Céréale - kellogg's - froot loops	1 portion	1.7	0.2	100	1	24	0.5
Céréale : pétales de riz et de blé complet monoprix	100 g	6.5	0.6	378	10	81	1.5
Céréale 9 grains, chaude et préparée	100 g	0.9	0.1	49	1.93	9.92	0.83
Céréale avoine en "o"	100 g	7.0	0.7	400	7	80	3
Cereale choco-moons (lidl)	100 g	6.7	0.7	376	8.3	76	4.3
Céréale country crisp au chocolat au lait	100 g	9.8	1.0	468	7.3	66.1	18.2
Céréale croc bizz carrefour	100 g	6.9	0.7	393	10.6	77.7	3
Céréale farmer chocolat	100 g	10.1	1.0	472	8	65	20
Céréale fitness miel & amandes	100 g	6.8	0.7	382	7.4	78.8	4.2
Céréale fusion carrefour	100 g	6.6	0.7	380	8.3	78	2.6
Céréale k nature	100 g	6.5	0.6	379	14	76	1.5
Céréale mini-wheats	100 g	3.3	0.3	190	5	45	1
Céréale nesquick	100 g	7.1	0.7	394	6.2	81.4	5
Céréale prête-à-manger, granola, faite maison	100 g	10.9	1.1	490	14.87	52.95	24.36
Céréale shredded - spoon size	100 g	6.3	0.6	366	13.3	80	1.6
Céréale stracciatella	100 g	7.2	0.7	397	12	76	5
Céréales au caramel	100 g	6.7	0.7	380	10.6	77.7	3
Céréales au chocolat et noisette luna stella	100 g	7.0	0.7	392	6	83	4
Céréales au son bio - granosson (favrichon)	100 g	3.8	0.4	200	14.4	25	4.5
Céréales auchan bran flakes	100 g	5.6	0.6	321	13.2	61.9	2.3
Céréales avoine croquante	100 g	7.1	0.7	400	9.1	81.8	3.6
Cereales bledina	100 g	6.6	0.7	387	9.8	83.4	1.6
Cereales bran'form nature	100 g	6.2	0.6	360	13	65	2
Céréales brin de jour aux pétales de chocolat	100 g	9.7	1.0	462	8.8	65.2	18.4
Cereales brin de jour fruits & fibres	100 g	6.8	0.7	368	9.9	67.8	6.4
Céréales carrefour choco form	100 g	7.6	0.8	411	9	76	7
Céréales carrefour noix dégustation	100 g	10.4	1.0	476	10	59	22.2
Céréales carrés noisettes crownfield	100 g	9.6	1.0	459	6.5	68	17.2
Céréales cheerios nestlé	100 g	7.1	0.7	391	7.8	78.6	5
Céréales chocapic duo (aux chocolats blanc et noir)	100 g	7.7	0.8	407	7.9	74.4	8.6
Cereales choco chips aldi	100 g	6.7	0.7	380	8.9	71	3.1
Céréales chocopic nestlé	100 g	6.9	0.7	382	8.4	76.2	4.8
Céréales clusters amandes nestlé	100 g	7.6	0.8	391	10.7	66	9.4
Céréales clusters chocolat nestlé	100 g	7.1	0.7	385	7.8	75.6	5.8
Céréales cm plus	100 g	8.1	0.8	404	9	65	12
Céréales complètes fitness miel amandes nestlé	100 g	6.8	0.7	382	7.4	78.8	4.2
Céréales corn flakes glacés au sucre "brin du jour" (marque repère	100 g	6.4	0.6	380	5.5	87.7	0.8
Céréales country crisp au miel	100 g	8.8	0.9	428	7.5	66.2	14.8
Céréales country crisp jordan's aux noix	100 g	10.8	1.1	481	9	55.7	24.7
Céréales country crisp jordans aux pétales de framboises, fraises &	100 g	8.1	0.8	407	7.1	68.5	11.6
Céréales cruesli capuccino de quaker	100 g	9.3	0.9	445	7	67	17
Cereales crunch	100 g	7.5	0.8	404	6.7	78.7	7
Cereales crunchy dhelaize	100 g	7.9	0.8	387	11.7	41.8	13.2
Céréales du soleil - tipiak	100 g	6.3	0.6	360	14.7	70	2.4
Cereales du soleil tipiak (crues)	100 g	6.3	0.6	360	14.7	70	2.4
Céréales extra fibres -fruits rouges (bjorg)	100 g	3.9	0.4	205	14.6	27.5	4.1
Céréales fibre flakes carrefour	100 g	5.5	0.5	316	12.9	61.7	1.9
Céréales fitness chocolat	100 g	7.0	0.7	384	7.3	76.2	5.5
Cereales fitness chocolat au lait (plus de petales au chocolat)	100 g	7.3	0.7	398	7.9	74.8	6.3
Céréales fitness nature	100 g	6.2	0.6	363	8	80	1
Céréales fitness nestle brut complete	100 g	6.2	0.6	363	8	79.8	1.3