

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS	POINTS	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
		100 gr ou unité	10 gr ou unité				
Squares kellogg's total choco 36g	1 portion	3.1	0.3	156	1.5	27	4.5
St hubert 41 38% mg	100 g	10.3	1.0	362	1.5	4	38
St hubert 41 riche en oméga 3	100 g	17.0	1.7	585	0	0	65
St hubert oméga 3	100 g	14.1	1.4	487	0.1	0.1	54
St hubert oméga 3 demi-sel	1 portion	1.4	0.1	49	0	0	5.4
St hubert oméga 3, au sel de mer	100 g	15.4	1.5	530	0	0	59
St hubert oméga3 crème fluide et onctueuse	100 ml	4.5	0.5	170	3	6	15
St mamet abricots au sirop	100 g	1.2	0.1	71	0.5	17	0.1
St marcelin	100 g	6.3	0.6	246	13.8	2.6	20
St mauret ligne et plaisir	100 g	2.5	0.3	112	10	4.5	6
St michel biscuits sablés de retz	100 g	9.6	1.0	470	7	74	16
St more aux noix	100 g	3.5	0.4	148	10	5.5	9.5
St moret - ligne et plaisir - 8%mg	100 g	3.1	0.3	132	10.5	4.5	8
St moret 6% ligne et plaisir	100 g	2.5	0.3	112	10	4.5	6
Steack de colin auchan (90g)	100 g	3.1	0.3	141.45	16.45	4.76	6.29
Steack de saumon auchan (90g)	100 g	3.5	0.3	152.12	16.44	2.78	8.36
Steack de thon auchan (90g)	100 g	3.8	0.4	165	18	3	9
Steack de thon surgelé	100 g	2.2	0.2	125	30	1.2	1.2
Steack haché	100 g	3.7	0.4	200	30.8	0	3.5
Steack haché 15% (cuit)	100 g	6.2	0.6	250	25.5	0	18
Steack haché 5% (cuit)	100 g	3.4	0.3	160	25.5	0	6.4
Steack haché 5% auchan	100 g	2.7	0.3	129	21	0	5
Steack haché bio picard	100 g	5.2	0.5	211	19	0	15
Steack haché charal oignon	100 g	4.5	0.5	185	14	3	13
Steack haché de boeuf charal	100 g	5.1	0.5	203	16	1	15
Steack haché de colin d'alaska (lidl)	100 g	3.7	0.4	162	16.2	4.6	8.8
Steack haché de volaille fleury michon	100 g	2.6	0.3	123	18	1.5	5
Steack haché doré de poulet fleury michon (100g)	100 g	3.6	0.4	160	18	4	8
Steack haché pur boeuf 15%mg monoprix	100 g	5.2	0.5	211	19	0	15
Steack haché surgelé 15% mg marque repère	100 g	5.2	0.5	210	14	4	15
Steack hâché surgelé 5% mg champion	100 g	2.7	0.3	126	20	0.2	5
Steack haché surgelé à la tomate charal	100 g	4.6	0.5	189	14	4	13
Steack haché surgelé leader price	100 g	6.4	0.6	250	17	0.5	20
Steacks hachés 100% pur boeuf surgelé (u)	100 g	5.3	0.5	215	20	0	15
Steak de boeuf	100 g	2.9	0.3	148	28	0	4
Steak de dinde	100 g	5.4	0.5	235	27	0	13
Steak de saumon coraya	100 g	6.3	0.6	252	17.6	3	18.8
Steak de soja à l'indienne (sojasun)	100 g	2.7	0.3	133	16.5	6.5	4.5
Steak de thon coraya	100 g	3.7	0.4	164	19.5	2.1	8.7
Steak de thon findus	100 g	2.5	0.3	130	26	0.2	3
Steak façon bouchère	1 portion	5.6	0.6	233	24.5	0.5	15
Steak haché (steak country)	100 g	5.2	0.5	209	18.5	0	15
Steak haché 10% mg	100 g	4.0	0.4	171	20	0.3	10
Steak haché 100% pur boeuf, 20% mat gr (prix gagnant)	100 g	6.4	0.6	250	17	0.5	20
Steak haché 15%mg carrefour	100 g	5.2	0.5	213	18.5	1	15
Steak haché à l'oignon 15% carrefour	100 g	5.2	0.5	210	14	4.8	15
Steak haché charal	100 g	5.2	0.5	209	18.5	0	15
Steak haché charal 15% à l'oignon	100 g	5.1	0.5	203	14	3	15
Steak haché charal extra moelleux	100 g	5.1	0.5	203	16	1	15
Steak haché de boeuf 'forme et plaisir' 3% mg charal	100 g	2.3	0.2	115	22	0	3
Steak hâché de jambon fleury michon	100 g	3.5	0.3	154	19	1.5	8
Steak haché de thon leader price	100 g	3.5	0.4	160	20	2.3	7.8
Steak haché dinde fleury michon	100 g	3.4	0.3	150	17	3	8
Steak haché extra moelleux 15%mg charal	100 g	5.1	0.5	203	16	1	15
Steak haché façon bouchère 100% pur boeuf carrefour	100 g	4.4	0.4	185	19	0.2	12
Steak haché façon bouchère 12% lidl	100 g	4.4	0.4	185	19	0.2	12
Steak haché jambon fromage fleury michon (une portion)	1 portion	6.9	0.7	308	38	3	16
Steak haché pur boeuf 5% carrefour	100 g	2.7	0.3	126	20	0.2	5
Steak hache pur boeuf charal 5 %	100 g	2.6	0.3	125	20	0	5
Steak haché surgelé (picard)	100 g	3.5	0.3	156	21	0	8
Steak hâché surgelé 15% champion	100 g	5.1	0.5	208	18	0.2	15
Steak hachés 15 % mg leader price	100 g	5.2	0.5	209	18	0.5	15
Steaks de soja aux petits légumes	100 g	2.8	0.3	132	4.7	7.7	5
Steaks de soja fines herbes	100 g	3.5	0.3	161	17	4	7
Steaks de soja tomate-basilic (sojasun)	100 g	2.9	0.3	132	16	3.5	6
Steaks hachés 15% mg - issus de l'agriculture biologique carrefour	100 g	5.2	0.5	209	19	0	15
Steaks hachés 5% jean rozé	100 g	2.7	0.3	129	20.6	0	5
Steaks hachés 5% surgelés carrefour	100 g	2.7	0.3	127	20	0.5	5
Steaks hachés de colin leader price	100 g	2.7	0.3	131	15.5	6.8	4.7
Steaks hachés marque 1	100 g	6.5	0.6	254	18.5	0	20
Steaks hachés par 2 thon à la tomate (cap océan)	100 g	3.7	0.4	164	19.5	2.1	8.7
Steaks hachés pur boeuf charal	100 g	5.2	0.5	209	18.5	0	15
Steaks hachés super moelleux auchan	1 unité	4.1	0.4	168	14.79	0.2	12
Stevia pure via	100 g	0.4	0.0	22.42	0	98.01	0.25
Stevia pure via (whole earth)	100 g	6.1	0.6	368	0.1	92.4	0.1
Stevia pure via en stick15 g	100 g	0.4	0.0	22.42	0	98.01	0.25
Stevia pure via le stick de 15 g	1 unité	0.0	0.0	0.34	0	1.47	0
Sticks et bretzels ancel	100 g	6.7	0.7	378.6	11.8	74.3	3.8