

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Cake aux fruits vandame lu	100 g	8.1	0.8	395	3.5	64	14
Cake chocolat picard	100 g	10.7	1.1	455	5.9	45	28
Cake hp lafay	100 g	6.1	0.6	310	10.3	49	8.6
Cake moelleux jambon, tomates et champignons marie : par unité	1 unité	3.7	0.4	165	8.16	14.16	8.28
Cake moelleux saumon-épinards (marie) - pour 120 g	1 portion	3.4	0.3	155	9.72	12	7.32
Cake salé jambon et olives marque repere	100 g	5.7	0.6	240	12	14	15
Calabrese épice	100 g	5.4	0.5	300	23.31	23	3.33
Calamar	100 g	1.6	0.2	87	15.8	3	1.4
Calamars à l'americaine boite conserve monoprix	100 g	3.7	0.4	154	14	1.6	10
Calamars a l'americaine en conserve (monoprix	100 g	3.7	0.4	154	14	1.6	10
Calamars a la romaine (silver sea lidll produit congelee)	100 g	4.3	0.4	194	9.3	17	9.5
Calamars à la romaine dia (ed)	100 g	4.2	0.4	199	8.3	23.8	7.8
Calamars a la romana carrefour discount	100 g	3.1	0.3	166	8.6	27	3
California barbecue 950 ml	100 g	2.9	0.3	170	0.6	41	0.2
California béarnaise	100 g	8.7	0.9	315	0.9	7.6	31.4
California hamburger 950 ml	100 g	14.2	1.4	505	1.8	7.8	52
California harissa ketchup	100 g	2.3	0.2	135	1.5	31	0.5
California roll avocat	100 g	5.0	0.5	255	9	38	7
California samouraï	100 g	9.1	0.9	330	1.5	9.5	32
California samouraï 950 ml	100 g	9.1	0.9	330	1.5	9.5	32
California sauce pour kebab	100 g	7.7	0.8	290	1.4	12	26
California tartare	100 g	12.5	1.2	438	0.9	4.1	46.5
California tartare 950 ml	100 g	12.5	1.2	438	0.9	4.1	46.5
Calin + yoplait	100 g	1.5	0.2	69	3.6	5.2	3.4
Calippo refresh	100 g	1.4	0.1	85	0.5	20	0
Calippo shots	100 g	0.6	0.1	35	0.5	5	0
Calissons	100 g	8.1	0.8	415	4	75	11
Calmar frit	100 g	3.7	0.4	163.7	15.2	6.6	8.5
Calmar nature	100 g	1.7	0.2	91.7	16.5	2.6	1.7
Calmars à l'américaine leader price	100 g	5.0	0.5	215	12.8	9.1	13
Calories bière	100 ml	0.7	0.1	40	0.5	3.3	0
Calories chantilly	100 g	8.1	0.8	303	2	13	27
Calories chocolat	100 g	12.2	1.2	530	6	59	30
Calories cigarette	1 unité	0.2	0.0	10	0	0	0
Calories citron	100 g	0.5	0.1	30	0.5	7	0
Calories clémentine	100 g	0.8	0.1	44.6	0.7	10	0.2
Calories foie gras	100 g	13.3	1.3	479	10	2	48
Calories fraises	100 g	0.5	0.1	32	1	7	0
Calories gigot agneau	100 g	6.8	0.7	269	20	0	21
Calories lentilles	100 g	1.5	0.2	87.7	8.3	12.5	0.5
Calories macaron	100 g	9.2	0.9	416	9	50	20
Calories melon	100 g	0.7	0.1	38	1	7.9	0.2
Calories merguez	100 g	7.4	0.7	279	13	0.5	25
Calories noix	100 g	15.5	1.5	608	19	25	48
Calories orange	100 g	0.8	0.1	45	1	9.6	0.2
Calories pamplemousse	100 g	0.7	0.1	39.7	0.7	9	0.1
Calories patates	100 g	1.6	0.2	92.9	3	20	0.1
Calories pâtes	100 g	6.1	0.6	350.5	12	70	2.5
Calories riz	100 g	3.9	0.4	230.3	5	51	0.7
Calvados	100 g	4.2	0.4	252.4	0	0.1	0
Camembert	100 g	7.7	0.8	304.3	19.4	2.9	23.9
Camembert allégé les croisés (leclerc)	100 g	4.6	0.5	200	23	1	11
Camembert bio village	100 g	7.2	0.7	284	21.2	0.2	22
Camembert bridelight	100 g	3.0	0.3	147	25	0.5	5
Camembert bridelight extra léger 5% mg	100 g	3.0	0.3	147	25	0.5	5
Camembert caractère auchan	100 g	6.5	0.7	258	19	0	20
Camembert coeur de lion - 45 % mg	100 g	6.7	0.7	266	21	0.5	20
Camembert coeur de lion - 45 % mg, portion 30 g	1 portion	2.0	0.2	80	6.3	0.2	6
Camembert de caractère grand jury	100 g	6.5	0.7	258	19	0.5	20
Camembert destrier aldi	100 g	6.6	0.7	265	21	0.1	20
Camembert léger leader price	100 g	4.4	0.4	193	24.5	0.1	10.5
Camembert pasteurisé auchan	100 g	6.8	0.7	272	22	1	20
Camembert président cloche saveur	100 g	6.8	0.7	272	22	0	20
Camembert president léger	100 g	4.4	0.4	192	22	1	11
Camembert	100 g	7.7	0.8	304	19.4	2.9	23.9
Camembert de campagne (president)	100 g	7.1	0.7	278	20	0	22
Campaillette grand siècle	100 g	4.3	0.4	249	7.7	50.9	1
Campari	100 ml	3.8	0.4	228	0	24	0
Canada dry	100 ml	0.6	0.1	37	0	9	0.01
Canapés toasts ronds briochés	100 g	6.0	0.6	317	8.4	56.4	6.4
Canard	100 g	4.2	0.4	186	24	0	10
Canard (magret)	100 g	4.6	0.5	198	22	0	12
Canard (rillettes)	100 g	11.6	1.2	428	17	0	40
Cancoillotte	100 g	2.7	0.3	120	14.5	1	6.5
Cancoillotte (a l'ail ) carrefour	100 g	3.7	0.4	151	13	0	11
Cancoillotte à l'ail	100 g	2.4	0.2	118	16	1	4.1
Cancoillotte nature leader price	100 g	3.2	0.3	132	12.8	0	9
Cancoillotte président	100 g	3.9	0.4	162	15	0.1	11