

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Muesli croustillant aux fruits secs cora	100 g	10.8	1.1	499	6.9	66.8	22.7
Muesli croustillant aux graines bio (carrefour)	100 g	8.5	0.9	427	10.9	63.4	12.7
Muesli croustillant aux pépites de chocolat brin de jour	100 g	9.8	1.0	470	9	65	18
Muesli croustillant bio 7 fruits u	100 g	8.3	0.8	403	8.4	60.7	14.1
Muesli croustillant brin de jour	100 g	10.4	1.0	476	9.9	59.2	22.2
Muesli croustillant quinoa-chocolat agriculture bio carrefour agir	100 g	9.1	0.9	450	8.4	71	14.6
Muesli croustillant quinoa-chocolat bio carrefour	100 g	8.6	0.9	422	9.1	65	14
Muesli croustillant tradition - terres et céréales	100 g	9.0	0.9	440	8.4	63.8	14.9
Muesli croustillants aux 5 fruits ( aldi )	100 g	9.3	0.9	443	7.1	64.6	17.4
Muesli floconeux bio casino	100 g	5.9	0.6	324	7.5	64	4.2
Muesli floconneux 25%de fruits superu	100 g	6.7	0.7	364	9.5	69	5.5
Muesli floconneux 7 fruits & 4 céréales (casino bio)	100 g	5.9	0.6	323.8	7.5	64	4.2
Muesli floconneux aux fruits avec 8 vitamines leader price	100 g	6.1	0.6	334	8.9	63.7	4.8
Muesli floconneux bio village (raisins secs, noix de coco et noisette	100 g	7.1	0.7	370	10	59	8.5
Muesli fruit et noix colruyt	100 g	6.5	0.6	356	9.8	64	4.9
Muesli fruit fibre auchan	100 g	7.3	0.7	381	10	66	8.5
Muesli fruits 4 céréales	100 g	6.6	0.7	377	7.3	80.5	2.9
Muesli fruits dia	100 g	8.8	0.9	422	6.8	63.7	15.5
Muesli fruits rouges super u	100 g	8.8	0.9	425	10.5	60.5	15.7
Muesli gourmand au chocolat (jardin bio)	100 g	7.9	0.8	400	9.3	58	11.5
Muesli graine d'energie favrichon	100 g	7.7	0.8	380	10.3	56.4	12.2
Muesli jordans country crisp	100 g	9.7	1.0	464	7.3	65.3	18
Muesli lin et fibres (j favrichon)	100 g	7.6	0.8	380	15.8	53.2	11.2
Muesli noisettes (terres et cereales bio)	100 g	6.1	0.6	328	9	62.4	5.5
Muesli orange	100 g	5.8	0.6	327	9	66	3
Muesli original alpen "swiss style muesli"	100 g	6.9	0.7	377	11	66.8	5.8
Muesli priméal sans sucre ajouté	100 g	6.5	0.7	340	9	59	7.6
Muesli protéiné (favrichon)	100 g	7.4	0.7	380	32.6	40.1	9.9
Muesli protéiné cereales et fruits ( favrichon)	100 g	7.4	0.7	380	32.6	40.1	9.9
Muesli quinoa cacao jardin bio	100 g	7.5	0.7	372	8.3	59.3	11.3
Muesli quinoa chocolat bio carrefour	100 g	8.6	0.9	422	9.1	65	14
Muesli quinoa chocolat bio champion	100 g	8.6	0.9	422	9	65	14
Muesli quinoa et fruits (primeal)	100 g	6.5	0.7	340	9	59	7.6
Muesli raisins noisettes biocoop	100 g	6.1	0.6	329.8	9	63.1	5.4
Muesli reva inter au fruit	100 g	6.3	0.6	358	9.9	72.5	3.1
Muesli sans gluten bio de grillon d'or	100 g	6.3	0.6	348	8.1	68.2	4.4
Muesli sans sucre ajouté bio (bjorg )	100 g	6.6	0.7	356	11.3	58.6	6.3
Muesli sans sucres ajoutés aux graines gourmandes jardin bio	100 g	7.5	0.8	380	12.9	49	10.7
Muesli sans sucres ajoutés bio - jardin bio	100 g	6.9	0.7	343	12.9	49	10.7
Muesli sans sucres ajoutés objectif santé cérééal (gerblé)	100 g	6.4	0.6	337	11.1	57.8	6.8
Muesli senso -reva- 3 chocolat	100 g	9.4	0.9	449	10	64	17
Muesli special jordans 3 céréales complètes,flocons ,fruits et noix	100 g	6.8	0.7	351	9.1	58.7	8.9
Muesli sport bio, moulin des moines	100 g	6.0	0.6	325	12	54.7	5.3
Muesli super fruit jordans	100 g	6.9	0.7	363	9.2	61.6	7.3
Muesli tradition croustillant bio carrefour	100 g	9.6	1.0	474	8.4	72.3	14.9
Muesli tradition, moulin des moines	100 g	6.5	0.6	342	12.5	54.3	6.9
Muesli triple choco carrefour	100 g	9.8	1.0	457	8	60	20
Muesmi 4 fruit : marque chabrior	100 g	8.9	0.9	432	7.7	65.3	15.5
Muffin anglais	1 unité	2.4	0.2	140	5	30	0.5
Muffin anglais complet casino	100 g	3.6	0.4	201	14	33	1.8
Muffin anglais complet monoprix	100 g	3.5	0.4	197	12	33	2
Muffin au son et son d'avoine sans gluten	1 unité	2.6	0.3	127.6	2.12	19.23	3.92
Muffin diététique au coco	100 g	7.1	0.7	352	22.7	40.9	10.9
Muffin diététique neutre	100 g	5.6	0.6	298	22.1	39.8	5.6
Muffin nature carrefour	100 g	3.9	0.4	220	12	39	1.8
Muffin pain complet à toaster auchan	1 unité	2.7	0.3	151	6.1	27.5	1.8
Muffinaux banane et dattes sans gluten	1 unité	3.0	0.3	148	4.3	22.7	5.13
Muffins anglais	1 unité	2.7	0.3	154	12	38	1.6
Muffins bancs monoprix	1 unité	2.4	0.2	139	6.4	26	1.1
Muffins blé complet super u	1 unité	2.4	0.2	136	7.5	23.8	1.2
Muffins complet carrefour	1 unité	2.2	0.2	125	8.44	20.62	1.12
Muffins complet marque repère	100 g	3.7	0.4	210	14	33	2
Muffins complets (monoprix)	100 g	3.6	0.4	201	14	33	1.8
Muffins complets monoprix	100 g	3.6	0.4	201	14	33	1.8
Muktuk de baleine boréale	100 g	13.0	1.3	470	12.6	1.2	46.1
Mulet	100 g	3.3	0.3	151	22	0	7
Multifruits & oméga 3 - leader price	100 ml	0.9	0.1	51	0.7	12	0.1
Multifruits pur jus leader price	100 ml	0.8	0.1	47	0.6	10.8	0.2
Multipower muscle volume formula 80 evolution	100 g	6.5	0.6	375	80	9	1.9
Munster	100 g	8.0	0.8	320	21	5	24
Mûre crue (100 ml)	100 ml	0.5	0.0	26	0.85	5.85	0.3
Mûre crue (200 ml)	1 portion	0.9	0.1	52	1.7	11.7	0.6
Mures	100 g	0.9	0.1	52	1	12	0
Mûres blanches crues	1 portion	0.1	0.0	6	0.22	1.47	0.06
Mûres crue (300 ml)	1 portion	1.4	0.1	78	2.55	17.55	0.9
Muscat	100 g	2.7	0.3	160	0	14	0
Muscle juice	100 g	7.4	0.7	396	22	60.8	7.2
Muscle mass 3	100 g	6.7	0.7	394	20	77	1