

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS	POINTS	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
		100 gr ou unité	10 gr ou unité				
Gerlinéa hyperprotéinés muesli et fruits secs	100 g	6.7	0.7	352	18.7	50.8	7.3
Gerlinea matin croquant céréales chocolat	100 g	8.8	0.9	425	22.3	47.8	15.3
Gerlinea mon repas (poudre sans lait)	100 g	9.1	0.9	413	19	39	20
Gerlinea repas a boire chocolat	1 canette	4.5	0.5	227	15.6	47.2	6.6
Gerlinea soupe detox	1 portion	0.6	0.1	32	0.5	6.8	0.5
Gerlinéa vanille à boire substitut de repas	100 ml	1.8	0.2	89	6.7	9.9	2.5
Gerlinée biscuits de régime hyperprotéinés vanille citro	100 g	9.4	0.9	454	22.8	51.5	16.8
Germe de blé gerblé	100 g	6.6	0.7	334	28	35.3	9
Germe de soja hak	100 g	0.8	0.1	41	3	5	1
Germe de soja leader price	100 g	0.5	0.0	27	1.9	3.6	0.3
Germes de blé (en paillette)	100 g	6.6	0.7	334	28	35	9
Germes de soja	100 g	1.0	0.1	43.8	4	2	2.2
Germes de soja auchan	100 g	0.5	0.0	25.5	1.9	3.8	0.3
Gervais - le petit suisse 9,2% (danone)	100 g	3.2	0.3	132	9	3.4	9.2
Gervais à boire danone pêche abricot	100 ml	1.7	0.2	91	3	15.7	1.7
Gervais aux fruits	100 g	1.8	0.2	94	6.6	12.5	2
Gervais duo fraise	100 g	2.1	0.2	109	6.4	14.2	2.9
Gervais duo fraise - saveur vanille	100 g	2.1	0.2	108.5	6.4	14.2	2.9
Gervais fruitpote	100 g	1.1	0.1	61	0.5	13	0.8
Gésier de volaille (le gaulois)	100 g	3.7	0.4	168	23.5	0.5	8
Gesiers de canard le gaulois	100 g	3.2	0.3	155	24	2	5.5
Gésiers de canard maigre confits (douce france)	100 g	4.1	0.4	185	23	2	9.5
Gésiers de volaille	100 g	3.9	0.4	178	26	0.5	8
Gésiers de volaille confits dans la graisse de canard (marque repè	100 g	3.3	0.3	160	27	0.5	5.5
Gesiers de volaille le gaulois	100 g	3.8	0.4	174	25	0.5	8
Gin	100 g	4.4	0.4	266	0	0	0
Gin (40% alcool par volume)	100 ml	3.6	0.4	217	0	0	0
Gingembre	100 g	6.9	0.7	372.7	9.1	70.8	5.9
Gingembre moulu	100 g	6.4	0.6	347	9.12	70.79	5.95
Gini lemon	100 g	0.7	0.1	41	0.02	10	0.02
Gini passion	100 g	0.6	0.1	33	0.07	7.9	0.02
Girolles	100 g	0.5	0.0	26.1	2.4	3	0.5
Girouette gateau roulé (gavroche)	100 g	7.2	0.7	354.3	6	56.5	11.7
Glace 'frusi' mangue/framboise (par pot)	1 pot	2.1	0.2	108	2.1	20	2.4
Glace 3 chocolats leader price	100 g	6.2	0.6	281	2.9	36.1	13.9
Glace banane chocolat carte d'or	100 g	4.6	0.5	220	4	32	8
Glace ben & jerry's parfum chocolate fudge brownie	100 g	4.9	0.5	220	4	27	11
Glace café "inclusions au café et au chocolat" auchan	100 ml	3.7	0.4	175	2.2	25.9	7
Glace chocolat	100 g	4.5	0.5	199	4	21	11
Glace extreme chocolat	1 unité	4.9	0.5	219	2.7	27	11.1
Glace geants cacahuètes	100 g	8.7	0.9	364	5	32	24
Glace miko choco-coco (chocolat)	1 portion	3.3	0.3	133.3	1.5	10	9.7
Glace miko citron	1 portion	0.5	0.0	28	0	7	0
Glace miko vanille-café	100 g	3.2	0.3	130.3	1.3	9.9	9.5
Glace motta magnum amandes	1 portion	7.7	0.8	320	4.7	28.3	21
Glace motta magnum chocolat	1 unité	7.8	0.8	326	4.3	29.3	21.2
Glace pirulo tropical nestlé	1 unité	1.2	0.1	72	0.1	17.9	0
Glace rainbow (aldi)	1 unité	0.5	0.0	28	0	6.9	0
Glace twix : par unité	100 g	3.3	0.3	145	2	15.4	8.3
Glace vanille et sorbet (méga fruits rouges - leader price)	100 g	2.9	0.3	145	1.3	24.7	4.5
Glucofast peak	100 g	6.4	0.6	384	0	96	0
Glycocarb	100 g	6.3	0.6	380	0	94	0
Gnocchi à poêler - lustucru	100 g	3.4	0.3	186	5.1	34.9	2.9
Gnocchi à poêler au fromage lustucru	100 g	2.4	0.2	133	2.3	27.7	1.4
Gnocchi carrefour	100 g	4.3	0.4	229	6	42	4.1
Gnocchis leader price	100 g	2.5	0.2	145	3.2	32	0.5
Goji	100 g	3.3	0.3	200	12.5	40	0
Gold medal whey	100 g	7.2	0.7	400	73.3	13	5
Gold standard whey fraise	100 g	7.3	0.7	406.25	75	3.13	4.69
Golden grahams nestlé	100 g	6.5	0.7	372	6.5	79.6	3.1
Gombos okras leader price	100 g	0.7	0.1	39	1.7	8	0
Gorgonzola	100 g	10.8	1.1	415	23	2	35
Gouda	100 g	8.6	0.9	341.6	24	2	26.4
Gouda jeune linessa (lidl)	100 g	6.6	0.7	271	25.5	0	18.8
Gouda jeune milbona	100 g	9.6	1.0	369	23.2	0	30.6
Gougère	100 g	6.8	0.7	274	12.9	23.2	20.4
Gourmand'riz flan amande-sojami	100 g	2.9	0.3	140	2.4	22.3	4.7
Gourmandise viennoise café monoprix	100 g	2.6	0.3	122	2.4	17	4.9
Gourmandises aux fruits (nutrisaveur)	100 g	5.6	0.6	255	17	16	12
Gourmandises figues pruneaux leader price	100 g	6.8	0.7	372	3.4	77.4	5.4
Gourmandises viennoises chocolat	100 g	2.6	0.3	126	2.9	18	4.7
Gourmet steamer "healthy choice" boeuf au merlot	1 unité	4.3	0.4	210	17	21	7
Gouter 4s aux pommes gerblé	100 g	9.4	0.9	447	8.7	63.8	17.4
Gouter aux écorces confites cérééal	100 g	9.0	0.9	437	10.4	64.1	15.4
Gouter aux raisins	1 unité	1.6	0.2	78	1.9	11.5	2.7
Goûters fourrés au chocolat allégés en sucre et mg leader price : p	1 unité	1.6	0.2	77	1.34	12.28	2.55
Gouters fourrés goût chocolat	100 g	9.5	1.0	460	5.5	72	16.6
Gouters rem au chocolat de lu	100 g	9.7	1.0	460	6.5	68	18