

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Pâte feuilletée pur beurre dia	100 g	8.3	0.8	367	6.5	41	19.7
Pate feuilletée " jus-rol"	100 g	10.5	1.0	447	6.5	42.9	27
Paté hénaff	100 g	7.2	0.7	276	17	0.2	23
Pâté hénaff terrine forestière	100 g	7.6	0.8	291	14	2.6	24.9
Pâte qualité supérieure: torti de leader price	100 g	6.1	0.6	354	12	72	2
Paté végétal bio aux champignons tartex	100 g	5.3	0.5	203	6.5	6	17
Paté végétal bio aux herbes tartex	100 g	5.0	0.5	196	7	6	16
Paté végétal champignon tartex	100 g	5.3	0.5	203	6.5	6	17
Pâte wonton	100 g	5.0	0.5	291	9	57	1
Pates	100 g	5.8	0.6	345	12.5	67.2	0
Pates - torti aux 5 légumes (panzani)	100 g	5.9	0.6	344	13	66	1.6
Pâtes : torsade carrefour	100 g	5.9	0.6	346	14	69	1.5
Pates "torti aux épinards et tomates" panzani	100 g	6.2	0.6	361	13	73	1.9
Pâtes à la provençale gerlinéa	100 g	2.0	0.2	106	10.1	11.4	2.2
Pates à tartiner 2% noisette (dia)	100 g	13.5	1.3	568	2	59	36
Pâtes au blé complet barilla	100 g	5.8	0.6	337	12.5	67.2	2
Pâtes au blé complet bio (biotrend)	100 g	2.9	0.3	170.6	5.8	33.3	0.8
Pâtes au poisson sauce curry carrefour	100 g	1.7	0.2	81	5.3	8.2	3
Pâtes auchan cru 500g	100 g	6.2	0.6	362	12.8	73.4	1.9
Pâtes aux champignons gerlinéa	100 g	2.1	0.2	103	9.9	2.4	3.3
Pâtes aux légumes du sud gerlinéa	100 g	1.9	0.2	101	10	11.4	1.7
Pâtes aux oeufs	100 g	2.2	0.2	124.8	4.7	22.9	1.2
Pâtes avec saucisses tranchées avec sauce aux tomates en conserve	100 g	2.2	0.2	104	3.7	11.9	4.6
Pates bio épautre t 150	100 g	5.9	0.6	340	14	67.4	1.8
Pâtes blanches	100 g	6.0	0.6	350	13	71	1.5
Pates blé torsades (mutant)	100 g	6.1	0.6	354	11.8	72	1.5
Pâtes carbonara calories	100 g	5.1	0.5	214.3	6.2	17	13.5
Pâtes chinoises aux oeufs	100 g	2.4	0.2	138	5.8	26.1	0.9
Pates cinq céréales	100 g	6.0	0.6	345	13.2	75.2	2
Pates completes	100 g	5.8	0.6	337	12.5	67.2	2
Pates coquillettes panzani	100 g	6.2	0.6	358	13	72	2
Pâtes coquillettes (lidl)	100 g	6.1	0.6	358	12	73	1.3
Pates crues	100 g	6.0	0.6	349	11.8	72	1.5
Pâtes cuites	100 g	1.5	0.2	90	2	20	0
Pâtes cuites (macaroni) eco +	100 g	2.5	0.3	150	5	31	0.4
Pates de maïs bio révoia	100 g	6.5	0.7	344	7.5	78.6	7
Pâtes demi-lune tomate basilic mozzarella sous vide (lustucru)	100 g	4.8	0.5	260	9.5	44	4.5
Pâtes farfalle (leader price)	100 g	6.1	0.6	354	12	72	2
Pâtes farfalles casino	100 g	6.1	0.6	354	12	72	2
Pâtes feniou protipasta (cuites)	100 g	2.4	0.2	142	20.5	14.54	0.19
Pâtes fenioux protipasta	100 g	6.2	0.6	369	53.3	37.8	0.5
Pâtes fraîches aux oeufs	100 g	4.4	0.4	253	9.6	50	1.6
Pates luminaconi tricolore pasta mare aldi	100 g	6.0	0.6	353	12.5	74	0.8
Pâtes macaroni carrefour discount	100 g	6.1	0.6	354	12	73	1.5
Pâtes macaroni pasta mare (aldi)	100 g	6.2	0.6	362	11.5	75.7	1.5
Pates milical	100 g	6.2	0.6	353	51.6	30.6	2.7
Pâtes minceur nature (milical)	1 portion	3.2	0.3	178	23.9	16.4	1.9
Pates panzani torti	100 g	6.2	0.6	358	13	72	2
Pâtes panzani torti épinards et fromage	100 g	6.2	0.6	361	13	73	1.9
Pâtes protéinées (fusilli nutrisaveurs)	100 g	5.8	0.6	336.6	50.1	32.92	1.48
Pates protéinées penne de smart	100 g	5.7	0.6	323	62	12.6	2.65
Pates protéinées top protéine	100 g	5.8	0.6	338	52	14.3	1.8
Pates sans gluten fusilli schär	100 g	6.2	0.6	361	7.7	78.7	1.7
Pates spaghetti super u	100 g	6.1	0.6	354	12	72	2
Pâtes torti au blé complet (fiorini)	100 g	6.5	0.7	343	13.9	63.4	7.1
Pâtes torti leader price	100 g	6.1	0.6	354	12	72	2
Pâtisson	100 g	0.4	0.0	21.96	1.2	3.84	0.2
Paturage naturea	100 g	0.9	0.1	46	4	5.2	1
Paturages printiligne au bifidus actif ananas	100 g	0.7	0.1	39	4.1	5.3	0.1
Paupiette de saumon	100 g	4.4	0.4	191	16	7	11
Paupiette de veau	100 g	5.9	0.6	242	20.5	0	17.2
Paupiettes de dinde morilles & armagnac maître coq	100 g	3.8	0.4	172	19	2	8
Paupiettes de veau surgelées leader price	100 g	8.3	0.8	312	14	1	28
Pavé au chocolat noir et sa crème anglaise vanillée leader price	100 g	6.3	0.6	239	5.4	21.26	21.18
Pavé d'affinois	100 g	6.4	0.6	248	15	2.1	20
Pavé d'affinois allégé à 9% mg	100 g	3.8	0.4	170	20	0	9
Pavé d'affinois doux et fondant	100 g	6.4	0.6	248	15	2.1	20
Pavé d'autruche picard	100 g	2.2	0.2	111	21.5	0.1	2.7
Pavé de boeuf aux herbes valtero	100 g	2.3	0.2	119	21.1	1.9	3
Pavé de saumon atlantique (casino)	100 g	4.3	0.4	184	21	0.2	11
Pavé de saumon atlantique odyssee	100 g	5.4	0.5	220	27	0	16
Pavé de saumon aux épinards et tomates cerises - picard	100 g	1.5	0.2	74	6.7	5.9	2.6
Pavé de saumon bio carrefour	100 g	5.0	0.5	206	20.5	0	13.8
Pavé de saumon court bouillon iglo	100 g	4.0	0.4	165	17	0.1	10.9
Pavé de saumon kéta du pacifique surgelé (eco leclerc)	100 g	2.6	0.3	125	20	0	5
Pavé de saumon surgelé carrefour par pavé de 150g	1 unité	7.5	0.7	309	30	0	21
Pave de saumon surgelé keta du pacifique (eco leclerc)	100 g	2.6	0.3	125	20	0	5
Pavé de thon albacore grillé (monoprix)	100 g	2.2	0.2	120	25	0.5	2