Commission surface (100) 100   100	<u>ALIMENTS</u>	QUANTITE	<u>POINTS</u>	<u>POINTS</u>	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	<u>LIPIDES</u>
Corn flasse grade as auxor  Corn flasse grade as auxor  Corn flasse grade as auxor  Corn flasse problem de manuture brin de jaur (marque regiere)  1 portion  1 porti	Corn flakes champion	100 a	100 gr ou unité	10 gr ou unité	375	۵	93.2	1 1
Com lakes gendelle of main rature binn de jaur (manque repien)   1,000	•	•						
Com flaces persident de maine relature brin de jour ( marque repiere)   1,000	•	•						
Commissing specials   100 g	•	•						
Common designe bautges								1.5
Common language authonosis expelies de nougatine extrême den le proton   10	Cornatur	100 g	2.9	0.3	148	11	19	3.5
Contract by game au chocorate to peale de nougatine exteñen de not   100 mil   3.8   0.4   155   4   10   9   1	Corned beef top budget	100 g	5.4	0.5	221	21	0.5	15
Commert prime the chances   "geleates	Cornes de gazelles							
Commit place before the checked "spelled fill (right)   100 g								
Commission grows   100   7.3   0.7   396   10.03   75.16   0.0	•							
Committern mayers, & Farenthe (marrinade)		•						
Common mayers, a l'ament (minmade)   1 unité   0.5   0.0   12   0.4   2.68   0.10		•						
Commission myser, sucrit (immission) Commissione support (immission) Commissione myser (immission) Colle d'agrenual unificial minispre grille 100 g 5.4 0.5 235 2774 0 12.05 Colle d'agrenual unificial minispre grille 100 g 5.3 0.5 232 2774 0 13.01 Colle d'archive an incidente 100 g 14.8 15. 880 6.1 34 34 35 31 32 32 32 32 32 32 32 32 32 32 32 32 32		•						
Color dispensal aménican marger offolion   100 g		1 unité	0.5	0.0	29	0.09	7.95	0.06
Color de protection framenies   100 g   5.3   0.5   232   26.10   0   13.31	Cornichons au vinaigre	100 g	0.3	0.0	16	0.7	2.1	0.1
Color of nacorate degustation nor frambose   100 g   14.8   1.5   580   6.1   34   48   500 of cer la frait affairs movestes   100 g   6.6   0.7   257   17   0   21   21   515   68.4   49.5   31.5   500 of cer la frait affairs movestes   100 g   6.6   0.7   257   17   0   21   21   21   21   21   21   21	Côte d'agneau américain maigre grillé	100 g						
Code de bound part parties mosenters   100 g   12.1   12   515   8.4   49.5   31.5		•						
Cote de veau margre et rôte   100 g		•						
Cote de veau magine et rolle		•						
Contrage cheese ter-coiles   100 g   6.4   0.8   257   24.51   0.9   17.37   1.5		•						
Cottage cheese   100 g   1.9   0.2   91   11   3.5   3.5   3.5   Couosus primate légumes cusinés et poulet minicé weightwatche   100 g   2.0   0.2   107   8.2   15   1.6   1.6   Couosus parfiamé épices du mondé épiak   100 g   6.4   0.6   3.59   13.3   67.9   3.9   0.0   0.		•						
Coucus partial ligumes cularies et poulet arimice weightwatched points of concus partial epines du monte tipials   100 g		•	1.9	0.2	91	11	3.5	3.5
Coucus parfumé épices du monde tipiak   100 g   6.4   0.6   359   13   67.9   3.3	Cottage cheese lite - coles	100 g	1.8	0.2	91	11.3	6	2.3
Couglete farcise  Coulis de framboises surgnélé (lecteric fusilar)  Coulis de framboises (surgnélé)  100 g 15 0.2 85 1 15 5 0.2  South et framboises (surgnélé)  100 g 15 0.0 171 171 1 247 0.2  Coulis de framboises (surgnélé)  Coulis de framboises (surgnélé) colano  100 g 15 0.0 27 177 4.9 0.5  Coulis de framboises (surgnélé) colano  Coulis de framboises (surgnélé) colano  100 g 78 0.0 27 177 4.9 0.5  Coulis de framboises (surgnélé) colano  100 g 78 0.0 27 177 4.9 0.5  Coulismeirs colar de la consciour de lion  100 g 78 0.8 300 18 1 25  Coulimmeirs colar de la colaracteré du de oceur  100 g 78 0.8 300 18 1 25  Coulimpric rips facte du de oceur  100 g 88 0.9 428 75 662 148 6  Country crips fautits des bois  100 g 89 0.9 428 75 63.9 15.8  Country crips fautits des bois  100 g 89 0.9 428 75 63.9 15.8  Country crips fautits des bois  100 g 89 0.9 428 75 63.9 15.8  Country crips procelat nineral  100 g 95 1.0 443 75 60.3 19.1  Country crips fautits des bois  Country crips fautits des bois  100 g 95 1.0 443 75 60.3 19.1  Country crips fautits des bois  Country crips procelat nineral  100 g 95 1.0 443 75 60.3 19.1  Country crips procelat nineral  100 g 95 1.0 448 75 60.3 19.1  Country crips procelat nineral  100 g 95 1.0 443 75 60.3 19.1  Country crips procelat nineral  100 g 95 1.0 448 8.8 1 60.7 26.2  Country crips procelat nineral  100 g 96 1.0 468 8.1 1 60.7 26.2  Country crips procelat nineral  100 g 97 1.0 464 73 65.3 18  Country crips procelat nineral  100 g 99 1.0 468 8.8 1.1 60.7 26.2  Country crips probles chocolat (ursi - aidi)  100 g 16 4 0.6 35.3 9 68  Country crips probles chocolat (ursi - aidi)  100 g 16 4 0.6 35.3 9 68  Country crips ribe en noix  100 g 16 4 0.6 35.3 18  Country crips ribe en noix  100 g 16 4 0.6 35.3 14  Country crips ribe en noix  100 g 1.6 0.6 0.6 35.0 14  100 g 1.6 0.6 0.6 35.0 14  100 g 1.6 0.6 0.6 35.0 14  100 g 1.6 0.6 0.6 0.6 35.0 14  100 g 1.6 0.6 0.6 0.6 35.0 17  100 g 1.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0.6 0	Coucous oriental légumes cuisinés et poulet émincé weightwatche	100 g	2.0	0.2	107	8.2	15	1.6
Coulis de frambosies surguelé (celere fruistar) 100 g 1,5 0,2 85 1 15,4 0,2 Coulis de frambosies (surguelé) 100 g 1,3 0,1 78 0,5 19 0 Coulis de frambosies (surguelé) 100 g 1,3 0,1 78 0,5 19 0 Coulis de tromates Heinz 100 g 1,3 0,1 78 0,5 19 0 Coulis de tromates Heinz 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulis de tromates Heinz 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs coulis de lo coulis de tromates Heinz 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs coulis de lo coulis de tromates Heinz 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs de caractére duc de coeur 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs de caractére duc de coeur 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs de caractére duc de coeur 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs de caractére duc de coeur 100 g 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20 Coulismeirs des coeurs mill 100 g 8,5 1,0 443 7,5 60,3 19,1 0 20 Coulismeirs des coeurs mill 100 g 8,5 1,0 443 7,5 60,3 19,1 0 20 Coulismeirs des coeurs mill 100 g 8,5 1,0 443 7,5 60,3 19,1 0 20 Coulismeirs des coeurs mill 100 g 8,5 1,0 443 7,5 60,3 19,1 0 20 Coulismeirs des coeurs mill 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita noir 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita noir 70% 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita noir 70% 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita chical 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita chical 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita chical 100 g 9,7 1,0 444 7,3 65,3 18 20 Country crists photosita chical 100 g 9,7 1,0 445 8,8 8,1 6,0 7,2 20,4 20,5 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20 20	Coucous parfumé épices du monde tipiak	•						
Coulis de Tramboiese (surgelé) clasmo 100 g 1,9 0,2 111 1 1 24,7 0,2 Coulis de Tramboiese (surgelé) clasmo 100 g 1,3 0,1 178 0,5 199 0,1 Coulis de tramboiese (surgelé) clasmo 100 g 1,3 0,1 7,4 0,7 289 20,5 0,1 23 20,5 0,1	•	•						
Coulis de tramboises (surgele) casino         100 g         1.3         0.1         78         0.5         19         0           Coulis de tramboises (surgele) casino         100 g         7.4         0.7         289         20.5         0.1         23           Coulomimers de caractère duc de coeur         100 g         7.4         0.7         289         20.5         0.1         23           Coulomimers de caractère duc de coeur         100 g         7.4         0.7         289         20.5         0.1         23           Country crips checolat noir         100 g         7.4         0.7         289         20.5         0.1         23           Country crips checolat noir         100 g         8.8         0.9         428         7.5         60.2         19.1           Country crips special musell         100 g         6.8         0.7         351         9         58.9         8.8           Country crips chocolat noir         100 g         6.8         0.7         351         9         58.9         8.8           Country crips chocolat noir         100 g         9.7         1.0         444         7.3         65.3         18           Country crips chocolat noir         100 g         9	,	•						
Coulis de tomates Helinz   100 g	, <u> </u>	•						
Coulonmers chene d'argent (lidt)   100 g   7.4   0.7   289   20.5   0.1   23   Coulonmers de carractere duc de coeur   100 g   7.8   0.8   300   18   1   25   Coulonmers de carractere duc de coeur   100 g   7.4   0.7   289   20.5   0.1   23   Country crips au miel   100 g   8.8   0.9   428   7.5   66.2   14.8   Country crips choodel noir   100 g   8.9   0.9   428   7.5   66.3   19.1   Country crips choodel noir   100 g   8.9   0.9   428   7.5   69.3   15.8   Country crips pecial muesil   100 g   6.8   0.7   351   9   58.9   8.8   Country crips pecial muesil   100 g   6.8   0.7   351   9   58.9   8.8   Country crips pecial muesil   100 g   6.8   0.7   351   9   58.9   8.8   Country crips pecial muesil   100 g   6.8   0.7   351   9   58.9   8.8   Country crips pecial muesil   100 g   6.8   0.7   351   9   58.9   8.8   Country crips pecial muesil   100 g   9.5   1.0   444   7.3   65.3   18   Country crips periodi aux noix   100 g   10.8   1.1   480   8.9   54.2   25.3   Country crips periodi aux noix   100 g   9.6   1.0   448   7.1   63   18.8   Country crips peptites checolat   100 g   9.9   1.0   458.8   8.1   60.7   20.4   Country store   100 g   6.4   0.6   353   9   88   5   Coupe alta liègosies c'hocolat (ursi - aid)   100 g   4.4   0.4   190   3.4   20.1   10.7   Coupe chantilly weightwatchers   100 g   1.6   0.2   81   4.5   10   2.5   Coupe chantilly weightwatchers   100 g   1.6   0.2   83   1.4   15.8   2.9   Coupe diam checolat weight care muesil noisette   100 g   7.8   0.8   379   5.3   65.7   12.9   Coupe diam checolat weight care muesil noisette   100 g   0.4   0.1   80   0.4   19.2   0.2   Coupe diam checolat weight care muesil noisette   100 g   0.4   0.1   80   0.4   19.2   0.2   Coupe de course course periode aux noisette   100 g   0.4   0.1   80   0.4   19.2   0.2   Coupe de course course periode aux noisette   100 g   0.6   0.1   33   1.3   6.5   0.2   Coupe de course de course course periode aux noisette   100 g   0.4   0.0   0.2   0.9   0.5   0.1   3.3   0.5   0.5   0.5   Coupe de course p	, <u> </u>	•						
Coulommers oceur de lión         100 g         7.8         0.8         300         18         1         25           Country crips au mel         100 g         8.8         0.9         428         7.5         66.2         14.8           Country crips chocolat noir         100 g         8.8         0.9         428         7.5         66.2         14.8           Country crips chocolat noir         100 g         9.5         1.0         443         7.5         60.3         19.1           Country crips chocolat noir         100 g         6.8         0.7         351         9         58.9         8.8           Country crips chocolat noir         100 g         6.8         0.7         351         9         58.9         8.8           Country crisp chocolat noir         100 g         9.7         1.0         444         7.3         65.3         18           Country crisp chick chocolat noir         100 g         9.7         1.0         444         7.3         65.3         18           Country crisp chick chocolat         100 g         9.6         1.0         448         7.1         63         18.8           Country crisp petites chocolat         100 g         6.6         1.0		•						
Country crips au miel	- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	100 g	7.8	0.8	300	18	1	25
Country crips chocolat noir   100 g   9.5   1.0   443   7.5   60.3   19.1	Coulommiers de caractère duc de coeur	100 g	7.4	0.7	289	20.5	0.1	23
Country crips riputs des bois   100 g   8.9   0.9   428   7.5   63.9   15.8		•						
Country crips pecial muesi		_						
Country crisp chocolat noir   100 g   9.5   1.0   443   7.5   60.3   19.1	• •	•						
Country crisp chocolat noir 70%		•						
Country crisp peribles chocolat Country crisp prepites chocolat 100 g 9.6 1.0 488 7.1 63 18.8 Country crisp prepites chocolat 100 g 9.9 1.0 488.8 8.1 60.7 20.4 Country crisp prepites chocolat 100 g 9.9 1.0 488.8 8.1 60.7 20.4 Country crisp prepites chocolat 100 g 10.7 1.1 480 8.9 55.4 24.7 Country store Coupe chantilly weightwatchers 100 g 6.4 0.6 0.333 9 68 5 Coupe à la liègeoise chocolat (ursi - aldi) 10.2 Coupe chantilly weightwatchers 100 g 16.6 0.2 0.8 11 4.5 10 2.5 Coupe chantilly weightwatchers 100 g 16.6 0.2 0.8 11 4.5 10 0.2 Coupe chantilly weightwatchers 100 g 16.6 0.2 0.8 11 15 0.2 0.9 0.8 11 0.9 0.2 0.9 0.8 11 0.9 0.2 0.9 0.8 0.8 0.9 0.8 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.8 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9 0.9		-						
Country crisp pépltes chocolat  Country trisp riche en noix  100 g  6.4  100 g  1.6  100 g  1		•						
Country crisp riche en noix  100 g	Country crisp fraise	100 g	9.6	1.0	448	7.1	63	18.8
Courby store   100 g   6.4   0.6   353   9   68   5   Coupe à la liègeoise chocolat (ursi - aldi)   100 g   4.4   0.4   190   3.4   20.1   10.7   Coupe chantilly weightwatchers   100 g   1.6   0.2   81   4.5   10   2.5   Coupe chantilly weightwatchers   100 g   1.6   0.2   83   4.5   10   2.5   Coupe chantilly we vanille 2.5 % mg 115g/pot   1 pot   1.9   0.2   93   5.2   11.5   2.9   Coupe fain chocolat weight care   1 portion   1.6   0.2   83   1.4   15.8   2   Coupe glacée au chocolat chaud (style sundae)   1 unité   5.7   0.6   284   5.64   47.67   8.63   Coupe-fain weight care muesil noisette   100 g   7.8   0.8   379   5.3   65.7   12.9   Coupelles charce café gertine   100 g   7.8   0.8   379   5.3   65.7   12.9   Coupelles pomme pruneau baby auchan   100 g   1.4   0.1   80   0.4   19.2   0.2   Courge   100 g   0.4   0.1   80   0.4   19.2   0.2   Courge   100 g   0.7   0.1   41   1   11   0   Courgette   100 g   0.7   0.1   41   1   11   0   Courgette (e légume)   100 g   0.6   0.1   33   1.3   6.5   0.0   Courgettes cuisinées leader price   100 g   0.6   0.1   33   1.3   6.5   0.2   Courgettes cuisinées leader price   100 g   0.4   0.0   20   1.9   2.5   0.3   Couscous (auchan)   100 g   0.1   0.1   45   1.4   3.7   2.7   Courgous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s   1 portion   7.6   0.8   437   16   91.1   2.5   Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s   1 portion   100 g   6.2   0.6   355   10   72.2   2.9   Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g   6.2   0.6   350   12.8   11.2   7.5   Couscous à la marocaine poule et merguez zapetti : par portion d   1 portion   10.8   1.1   5.2   6.3   27   2.1   Couscous à la marocaine poule et merguez zapetti : par portion d   1 portion   10.8   6.1   6.3   353   12.7   73.3   1.1   Couscous aux é légumes claude léger   100 g   6.5   0.7   371   14   72   3.1   Couscous aux é lèces carrefour   100 g   6.5   0.7   371   14   72   3.1   Couscous aux é lèces carrefour   100 g   6.5   0.6   3	Country crisp pépites chocolat	-						
Coupe à la liègeoise chocolat (ursi - aldi)         100 g         4.4         0.4         190         3.4         20.1         10.7           Coupe chantilly weightvatchers         100 g         1.6         0.2         81         4.5         10         2.5           Coupe chantilly we valle [2,5 % mg 115g/pot         1 portion         1.6         0.2         93         5.2         11.5         2.9           Coupe glacée au chocolat chaud (style sudae)         1 unité         5.7         0.6         284         5.64         47.67         8.63           Coupe glacée au chocolat chaud (style sudae)         1 unité         5.7         0.6         284         5.64         47.67         8.63           Coupe glacée au chocolat chaud (style sudae)         1 unité         5.7         0.6         284         5.64         47.67         8.63           Coupe flam chaud (style sudae)         1 unité         5.7         0.6         284         5.64         47.67         8.63           Coupe flam chaud (style sudae)         100 g         1.9         0.2         97         6.19         11.3         2.6         6.0         11.3         3.6         6.7         12.9         0.0         0.0         0.0         0.0         0.0         0.1 </td <td>* · ·</td> <td>_</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	* · ·	_						
Coupe chantilly weightwatchers  100 g 1, 6 1, 9 1, 9 1, 9 1, 9 1, 9 1, 9 1, 9 1, 9	•	•						
Coupe chantilly ww vanille 2,5 % mg 115g/pot 1 port 1,9 0,2 93 5.2 11.5 2.9 Coupe faim chocolat weight care 1 portion 1.6 0.2 83 1.4 15.8 2 Coupe faim chocolat weight care 1 portion 1.6 0.2 83 1.4 15.8 2 Coupe faim chocolat weight care 1 portion 1.6 0.2 83 1.4 15.8 2 Coupe faim chocolat weight care muesli noisette 100 g 7.8 0.6 284 5.64 47.67 8.63 Coupe-faim weight care muesli noisette 100 g 7.8 0.8 379 5.3 65.7 12.9 Coupelle crème café gerlinéa 100 g 1.9 0.2 97 6.19 11.3 2.8 Coupelles pomme pruneau baby auchan 100 g 1.4 0.1 80 0.4 19.2 0.2 Courge Courge 100 g 0.4 0.0 26 1 6 6 0.1 10.0 g 0.7 0.1 11 0.1 11 0.0 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.0 Courgettes 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous (graine de parquet publie the merquez zapetti : par portion de Couscous aux épices auchan 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.0 0.6 350 12.7 73.3 1.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous finarerous aux épices auchan 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous finarerfour 100% blé dur 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous finarerfour 100% blé dur 100 g 6.0 0.6 354 12 72 1.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 354 12 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 354 12 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 358 13 12 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 358 13 12 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 358 13 12 72 2.5 Couscous premier p		•						
Coupe faim chocolat weight care		•						
Coupe-faim weight care muesli noisette 100 g 7.8 0.8 379 5.3 65.7 12.9 Coupelle crème café gerlinéa 100 g 1.9 0.2 97 6.19 11.3 2.8 Coupelle crème café gerlinéa 100 g 1.9 0.2 97 6.19 11.3 2.8 Coupelles pomme pruneau baby auchan 100 g 1.4 0.1 80 0.4 19.2 0.2 Courge 100 g 0.4 0.0 26 1 6 0.1 6 0.1 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 1 11 0 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes en rondelles surgeiées bonduelle 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 0.6 1.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de partumé tipiak 100 g 0.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 0.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 0.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux épices un sux épices 100 g 0.9 6.0 0.6 350 12.8 72.9 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 0.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 0.6 0.6 350 12 72 1.5 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.6 0.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 2.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 2.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 0.0 0.6 350 12 72 2.1 Couscous premier prix 40 9.9 12.2 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 72 1.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 350 13 13 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 13 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 350		•						
Coupelles crème café gerlinéa 100 g 1.9 0.2 97 6.19 11.3 2.8 Coupelles pomme pruneau baby auchan 100 g 1.4 0.1 80 0.4 19.2 0.2 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.4 0.0 26 1 6 1 6 0.1 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 11 0 0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgettes 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de parfumé tipiak 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous á l'orientale alains senderens (carrefour) 100 g 0.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon) 100 g 0.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 2.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.5 0.6 354 12 72 3.3 1.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 354 12 72 2.1 50 Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi) 100 g 6.2 0.6 358 13 13 72 2 6	Coupe glacée au chocolat chaud (style sundae)	1 unité	5.7	0.6	284	5.64	47.67	8.63
Courgelles pomme pruneau baby auchan 100 g 1.4 0.1 80 0.4 19.2 0.2 Courge 100 g 0.4 0.0 26 1 6 0.1 6 0.1 Courge musquée en cubes,cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 1 11 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	Coupe-faim weight care muesli noisette	100 g	7.8	8.0	379	5.3	65.7	12.9
Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.4 0.0 26 1 6 0.1 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 1 11 0 Courge musquée en cubes, cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 1 11 0 Courgette (e légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgette (e légume) 100 g 0.3 0.0 15 0.6 3 0.1 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrer o - sachet cuisson 100 g 0.6 1.0 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrer o - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous (graine de parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour ) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 3.1 0.3 136 8 11.2 7.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 7.15 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous fin carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous fin carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous fin carrefour 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous premier prix 100 g 6.0 0.6 350 12 72 6.6 6.3 6.6 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 356 13 14 99 99 12.2 6.7 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 6.5 6.3 6.6 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5 6.5		_						
Courge musquée en cubes,cuite 100 g 0.7 0.1 41 1 11 0 Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgette (le légume) 100 g 0.3 0.0 15 0.6 3 0.1 Courgette (le légume) 100 g 0.3 0.0 15 0.6 3 0.1 Courgettes 1100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 0.6 0.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 0.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 0.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour ) 100 g 0.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 3.1 0.3 136 8 11.2 7.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux épices uchan 100 g 0.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices auchan 100 g 0.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.6 0.6 350 12 72 1.5 Couscous aux épices carrefour 100 g 0.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous complet tipiak 100 g 0.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 0.0 0.6 354 12 72 1.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.6 358 13 72 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.0 358 13 72 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.0 358 13 72 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.0 358 13 72 72 2.5 Couscous premier prix 100 g 0.0 0.0 358 13 72 72 2		•						
Courgette (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0 Courgettes (le légume) 100 g 0.3 0.0 15 0.6 3 0.1 Courgettes (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 2.2 0.2 105 4.6 12.8 4 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion d 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux 8 légumes claude léger 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux 6 jcies auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 350 12.7 73.3 1.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 350 12 72 2.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.0 0.6 350 12 72 2.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 2.1 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.3 149 9.9 12.2 6.7 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.3 149 9.9 12.2 6.7	•	•						
Courgette (le légume) 100 g 0.3 0.0 15 0.6 3 0.1 Courgettes (le légume) 100 g 0.6 0.1 33 1.3 6.5 0.2 Courgettes cuisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 2.2 0.2 105 4.6 12.8 4 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux 8 légumes claude léger 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux 8 légumes claude léger 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux epices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 354 12 72 1.5 Couscous premier prix 100 g 6.1 0.6 354 12 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 3 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 3 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 3 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 358 13 3 72 2.0 Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 358 13 3		_						
Courgettes (uisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes cuisinées leader price 100 g 1.1 0.1 45 1.4 3.7 2.7 Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 2.2 0.2 105 4.6 12.8 4 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour ) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 3.1 0.3 136 8 11.2 7.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux 8 légumes claude léger 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux épices 100 g 6.2 0.6 346 12.8 65.6 3.6 Couscous aux épices auchan 100 g 6.2 0.6 346 12.8 65.6 3.6 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.0 0.6 350 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 1.5 Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi) 100 g 6.2 0.6 358 13 72 6.7 Couscous premier prix	•	•						
Courgettes en rondelles surgelées bonduelle 100 g 0.4 0.0 20 1.9 2.5 0.3 Couscous (auchan) 100 g 2.2 0.2 105 4.6 12.8 4 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour ) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 3.1 0.3 136 8 11.2 7.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux épices claude léger 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux épices auchan 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 2.1 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 2.5 Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi) 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.5 Couscous premier prix	Courgettes	100 g	0.6	0.1	33	1.3	6.5	0.2
Couscous (auchan)         100 g         2.2         0.2         105         4.6         12.8         4           Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson         100 g         6.1         0.6         350         12.8         72.9         2           Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s         1 portion         7.6         0.8         437         16         91.1         2.5           Couscous (graine de) parfumé tipiak         100 g         6.2         0.6         355         10         72.2         2.9           Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour)         100 g         2.9         0.3         139         7.8         15         5.5           Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon)         100 g         3.1         0.3         136         8         11.2         7.5           Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion         1 portion         10.8         1.1         532         27.7         65.7         17.5           Couscous aux 8 légumes claude léger         100 g         2.8         0.3         152         6.3         27         2.1           Couscous aux épices         100 g         6.5         0.7         371         14	Courgettes cuisinées leader price	100 g	1.1	0.1	45	1.4	3.7	2.7
Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson 100 g 6.1 0.6 350 12.8 72.9 2 Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s 1 portion 7.6 0.8 437 16 91.1 2.5 Couscous (graine de) parfumé tipiak 100 g 6.2 0.6 355 10 72.2 2.9 Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour ) 100 g 2.9 0.3 139 7.8 15 5.5 Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon ) 100 g 3.1 0.3 136 8 11.2 7.5 Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion 10.8 1.1 532 27.7 65.7 17.5 Couscous aux 8 légumes claude léger 100 g 2.8 0.3 152 6.3 27 2.1 Couscous aux épices 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous aux épices carrefour 100 g 6.5 0.7 371 14 72 3.1 Couscous complet tipiak 100 g 6.0 0.6 353 12.7 73.3 1.1 Couscous fin carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 1.5 Couscous grains moyens carrefour 100 g 6.1 0.6 354 12 72 2.1 Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi) 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2.2		_						
Couscous (graine de couscous) ferrero - sachet cuisson - pour 1 s.         1 portion         7.6         0.8         437         16         91.1         2.5           Couscous (graine de) parfumé tipiak         100 g         6.2         0.6         355         10         72.2         2.9           Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour)         100 g         2.9         0.3         139         7.8         15         5.5           Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon)         100 g         3.1         0.3         136         8         11.2         7.5           Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de l'aper		_						
Couscous (graine de) parfumé tipiak         100 g         6.2         0.6         355         10         72.2         2.9           Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour)         100 g         2.9         0.3         139         7.8         15         5.5           Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon)         100 g         3.1         0.3         136         8         11.2         7.5           Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion         1 portion         10.8         1.1         532         27.7         65.7         17.5           Couscous aux 8 légumes claude léger         100 g         2.8         0.3         152         6.3         27         2.1           Couscous aux épices         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous aux épices carrefour         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous complet tipiak         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         353         12.7         73.3         1.1           <	,	•						
Couscous à l'orientale alains senderens (carrefour)         100 g         2.9         0.3         139         7.8         15         5.5           Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon)         100 g         3.1         0.3         136         8         11.2         7.5           Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion         1 portion         10.8         1.1         532         27.7         65.7         17.5           Couscous aux 8 légumes claude léger         100 g         2.8         0.3         152         6.3         27         2.1           Couscous aux épices         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous aux épices auchan         100 g         6.2         0.6         346         12.8         65.6         3.6           Couscous aux épices carrefour         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous complet tipiak         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         353         12.7         73.3         1.1           Cous	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·							
Couscous à la marocaine et ses petits légumes (fleury michon )       100 g       3.1       0.3       136       8       11.2       7.5         Couscous à la marocaine poulet et merguez zapetti : par portion de 1 portion       1 portion       10.8       1.1       532       27.7       65.7       17.5         Couscous aux 8 légumes claude léger       100 g       2.8       0.3       152       6.3       27       2.1         Couscous aux épices       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous aux épices auchan       100 g       6.2       0.6       346       12.8       65.6       3.6         Couscous aux épices carrefour       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous complet tipiak       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous fin carrefour       100 g       6.0       0.6       353       12.7       73.3       1.1         Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur       100 g       6.1       0.6       354       12       72       2         Couscous premier prix       100 g       6.2       0.6       358       13       72       <	·-	•						
Couscous aux 8 légumes claude léger       100 g       2.8       0.3       152       6.3       27       2.1         Couscous aux épices       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous aux épices auchan       100 g       6.2       0.6       346       12.8       65.6       3.6         Couscous aux épices carrefour       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous complet tipiak       100 g       6.0       0.6       353       12.7       73.3       1.1         Couscous fin carrefour       100 g       6.0       0.6       350       12       72       1.5         Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur       100 g       6.1       0.6       354       12       72       2         Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)       100 g       3.2       0.3       149       9.9       12.2       6.7         Couscous premier prix       100 g       6.2       0.6       358       13       72       2	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	-						
Couscous aux épices         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous aux épices auchan         100 g         6.2         0.6         346         12.8         65.6         3.6           Couscous aux épices carrefour         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous complet tipiak         100 g         6.0         0.6         353         12.7         73.3         1.1           Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         350         12         72         1.5           Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur         100 g         6.1         0.6         354         12         72         2           Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)         100 g         3.2         0.3         149         9.9         12.2         6.7           Couscous premier prix         100 g         6.2         0.6         358         13         72         2		•	10.8	1.1		27.7	65.7	17.5
Couscous aux épices auchan       100 g       6.2       0.6       346       12.8       65.6       3.6         Couscous aux épices carrefour       100 g       6.5       0.7       371       14       72       3.1         Couscous complet tipiak       100 g       6.0       0.6       353       12.7       73.3       1.1         Couscous fin carrefour       100 g       6.0       0.6       350       12       72       1.5         Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur       100 g       6.1       0.6       354       12       72       2         Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)       100 g       3.2       0.3       149       9.9       12.2       6.7         Couscous premier prix       100 g       6.2       0.6       358       13       72       2	Couscous aux 8 légumes claude léger	100 g	2.8	0.3		6.3		
Couscous aux épices carrefour         100 g         6.5         0.7         371         14         72         3.1           Couscous complet tipiak         100 g         6.0         0.6         353         12.7         73.3         1.1           Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         350         12         72         1.5           Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur         100 g         6.1         0.6         354         12         72         2           Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)         100 g         3.2         0.3         149         9.9         12.2         6.7           Couscous premier prix         100 g         6.2         0.6         358         13         72         2	•	_						
Couscous complet tipiak         100 g         6.0         0.6         353         12.7         73.3         1.1           Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         350         12         72         1.5           Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur         100 g         6.1         0.6         354         12         72         2           Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)         100 g         3.2         0.3         149         9.9         12.2         6.7           Couscous premier prix         100 g         6.2         0.6         358         13         72         2	•	_						
Couscous fin carrefour         100 g         6.0         0.6         350         12         72         1.5           Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur         100 g         6.1         0.6         354         12         72         2           Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)         100 g         3.2         0.3         149         9.9         12.2         6.7           Couscous premier prix         100 g         6.2         0.6         358         13         72         2		•						
Couscous grains moyens carrefour 100% blé dur       100 g       6.1       0.6       354       12       72       2         Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)       100 g       3.2       0.3       149       9.9       12.2       6.7         Couscous premier prix       100 g       6.2       0.6       358       13       72       2	·	•						
Couscous poulet & merguez la cuisine des saveurs (aldi)       100 g       3.2       0.3       149       9.9       12.2       6.7         Couscous premier prix       100 g       6.2       0.6       358       13       72       2		_						
Couscous premier prix 100 g 6.2 0.6 358 13 72 2	•	•						
Couscous royal (côté table) 100 g 3.0 0.3 139 7.8 12.4 6.5		_						
	Couscous royal (côté table)	100 g	3.0	0.3	139	7.8	12.4	6.5