

ALIMENTS	QUANTITE	POINTS 100 gr ou unité	POINTS 10 gr ou unité	CALORIES	PROTEINES	GLUCIDES	LIPIDES
Barres de céréales camus	100 g	6.4	0.6	321.2	20	41	9
Barres de céréales maison	1 unité	3.2	0.3	160.6	10	20.5	4.5
Barres de céréales maison lafay recette 2	100 g	7.3	0.7	370	23	45	10
Barres frosties	100 g	8.1	0.8	412	7	72	11
Barres glacées bounty	100 g	3.4	0.3	140	2.2	11.9	9.3
Barres glacées snickers	100 g	9.2	0.9	384	7.7	38	25
Barres glacées twix	100 ml	7.8	0.8	340	4.6	36.2	19.6
Barres kellogg's frosties choco	100 g	8.4	0.8	417	7	68	13
Barres minceur hyperprotéinées decathlon	100 g	7.0	0.7	347	30.4	32.8	10.5
Barres minceurs	1 unité	4.6	0.5	228	15	26.4	7.4
Barres protein 29	100 g	7.8	0.8	380	29.2	34	13.4
Barres pruneaux gerlinéa	1 part	3.0	0.3	162	10	23	3
Bas de gigot d'agneau américain maigre et rôti	100 g	3.7	0.4	180	28.17	0	6.67
Basic tri-pro80 ap fraise	100 g	6.6	0.7	379	82.6	4.6	2.8
Basic weight gain	100 g	6.4	0.6	377	18.7	72.9	1.1
Basic whey pro	100 g	6.6	0.7	365	79.6	5.1	4.6
Basilic déshydraté (1/5 tasse moulu)	1 portion	0.7	0.1	40	2.1	8.7	0.6
Basmati selection golden sun lidl	100 g	6.3	0.6	365	8.8	78	2
Bastogne lu	100 g	10.3	1.0	485	4.8	72	20
Batavia	100 g	0.4	0.0	25	1.5	4	0
Bâton de berger à croquer	100 g	13.4	1.3	515	30	2	43
Baton de berger justin bridou	100 g	11.3	1.1	438	27	1	36
Baton de berger justin bridou aux noisette	100 g	11.3	1.1	438	27	1	36
Bâtonner glacé solero exotico : par portion de 67,5 ml	1 portion	1.5	0.1	76	1.01	13.5	2.02
Batonnet a base de surimi	100 g	2.7	0.3	127	8.6	10.7	5.5
Batonnet de crabe	100 g	2.5	0.3	120	8	11	4.5
Batonnet de crabe carrefour discount	100 g	2.6	0.3	123	8.2	10.9	5.2
Batonnet de poisson blue water	100 g	4.2	0.4	190	11	17	9
Batonnet de saumon coraya	100 g	3.7	0.4	157	8.2	8.3	10.1
Bâtonnet glacé sveltesse mangue-passion : par unité de 90 ml	1 unité	1.5	0.2	91	0.18	22.5	0.09
Batonnet haggen dazs cookies and cream (100ml)	100 ml	8.6	0.9	343	4	24	26
Batonnet panné saveur citron iglo	100 g	4.1	0.4	194	13	18	7.9
Batonnet surimi lidl	100 g	2.4	0.2	116	8	11	4.5
Batonnetes moelleux fleury-michon	100 g	2.5	0.2	117	8.6	10.8	4.9
Bâtonnets à base de surimi (golden seafood)	100 g	2.4	0.2	115	7.9	11.2	4.3
Bâtonnets au saumon fumé coraya	100 g	2.1	0.2	102	9	7.2	3.8
Bâtonnets coraya	100 g	2.3	0.2	112	8.4	9.8	4.3
Bâtonnets crème glacée géants vanille-chocolat au lait-amandes (r	100 g	7.6	0.8	323	4	31	20
Bâtonnets de colin d'alaska panés (u)	100 g	5.1	0.5	223	12.1	15.8	12.4
Batonnets de crabe	100 g	2.6	0.3	118	8	9	5.5
Batonnets de poisson surgelés super croustillants u	100 g	5.0	0.5	224	3.8	17.6	11.1
Bâtonnets de poulet croustibat findus	100 g	6.0	0.6	260	15	17	15
Batonnets de surimi picard	100 g	2.2	0.2	107	7.9	10.2	3.8
Bâtonnets de surimi-fleury michon	100 g	2.0	0.2	97	8.3	8.8	3.2
Batonnets enrobés de chocolat au lait marque auchan	100 g	11.5	1.2	513	6.8	61.5	26.6
Bâtonnets moelleux surimi fleury michon	100 g	2.6	0.3	120	8	10	5
Bâtonnets pleine saveur coraya	100 g	2.4	0.2	115	8.3	10.4	4.4
Batonnets saveur crabe "ronde des mers"	100 g	2.5	0.3	120	9	9.5	4.5
Batonnets surimi (auchan)	100 g	2.3	0.2	112	8	11.5	3.5
Bâtons de surimi odyssee	1 portion	1.9	0.2	92	5.5	9.9	3.4
Battonet de surimi	100 g	2.7	0.3	127	8.6	10.7	5.5
Beaufort	100 g	10.3	1.0	401	26.6	0	32.7
Beignet	100 g	9.1	0.9	402	6.6	45.2	21.7
Beignet a la confiture de fraise	100 g	7.0	0.7	335	6	47	13
Beignet asiatique (le gaulois)	100 g	4.8	0.5	215	11	18	11
Beignet au maïs (1 unité)	1 unité	3.0	0.3	132	2.73	13.68	7.49
Beignet de crabe bleu	1 unité	2.1	0.2	93	12.13	0.29	4.51
Beignet de crevette	100 g	8.5	0.8	355	9	27	23
Beignet de poulet " le gaulois "	100 g	5.2	0.5	227	12	15	13
Beignet pomme pasquier	1 unité	3.7	0.4	167	2.6	20.4	8.3
Beignets de crevette sauce aigre-douce (traditions d'asie)	100 g	7.2	0.7	310	9	28	18
Beignets de crevettes x 6 (saveurs d'ailleurs) casino	100 g	6.0	0.6	268	7.5	28	14
Belin best of extra-fins	100 g	11.4	1.1	505	9.9	55	27
Belolive margarine	100 g	19.6	2.0	676	0	0.2	75
Belvita (petites fleurs chocolat)	1 unité	2.0	0.2	99	1.9	16	3.1
Belvita délices framboise	100 g	6.7	0.7	350	3.4	69	7.7
Benco (chocolat en poudre)	100 g	6.8	0.7	391	5.6	87	2.3
Benoiton aux olives (paul)	100 g	8.5	0.8	414	10.19	59.15	14.33
Benoiton complet aux fruits (paul)	100 g	4.7	0.5	271	7.7	52.7	1.38
Benoiton complet aux pépites de chocolat (paul)	100 g	6.4	0.6	333	9.06	53.75	7.53
Berblé mes instants malins	100 g	8.8	0.9	435	8.1	70.1	13.6
Berforme	100 g	5.9	0.6	344	50	30	1.5
Bette à carde bouillie et égouttée	100 g	0.3	0.0	20	1.88	4.13	0.08
Betterave rouge	100 g	1.6	0.2	96	16	8	0
Betterave rouge cuite	100 g	0.4	0.0	23	1	4	0
Betteraves en cubes lunor	100 g	0.8	0.1	48	1.5	9.5	0.3
Betteraves rouges	100 g	2.0	0.2	78	1	5	6
Betteraves rouges assaisonnées bonduelle	100 g	0.5	0.1	30	0.8	6.5	0.1