

				DONNEES POUR UNE PORTION SIGNIFICATIVE				
				soit de Glucides soit de protides soit de lipides				
TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
BOISSONS	BOISSONS	BOISSONS	Maté	100	500,00			
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE BOUCHÉ BRETON 4,5%	434	282,00	3,92		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE BRUT BRETON STANDARD 4%	488	161,00	1,27		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE BRUT BRETON STANDARD 5%	390	152,00	1,08		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE BRUT FERMIER STANDARD BRETON 5%	390	238,00	2,77		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE DOUX BRETON STANDARD 2,3%	842	227,00	3		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE DOUX BRETON STANDARD 4%	488	176,00	2,03		
ALCOOLS	BOISSONS	CIDRE	CIDRE FERMIER NORMAND 5,5°	355	149,00	0,99		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	EAU DE NOIX DE COCO	243	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS D'ANANAS FRAIS	76	37,64	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE CANNEBERGES OU DE CRANBERRIES OU D'AIRES	54	39,91	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE CASSIS	180	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE CERISES	75	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE CITRON	250	53,25	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE CITRON VERT	320	42,66	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE GOJI	82	37,36	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE GOYAVE	75	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE GRENADE	51	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE GRENADE CONCENTRÉ ET FERMENTÉ	23	41,31	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE GROSEILLES	73	37,16	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE KAKI	73	39,50	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE L'AGRUME KALAMANSI OU CALAMONDIN APPERTISÉ	26	77,44	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE LITCHI	56	37,56	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE MANDARINE	80	38,01	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE MANGUE	95	39,37	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE MELON	120	38,35	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE MYRTILLES	90	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE NEFLES DU JAPON	75	38,63	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE PAMPLEMOUSSE	117	39,44	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE PAPAYE	87	39,25	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE PASTÈQUE	129	38,04	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE POMMES	80	37,04	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE PRUNEAUX	47	37,01	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE PRUNES	55	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE RAISIN BLANC	56	43,28	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE RAISIN NOIR	60	36,78	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS DE TOMATES	225	44,39	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS D'ORANGE AMÈRE OU BIGARADE	87	38,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS D'ORANGES	87	37,76	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	JUS FAIT MAISON DE MARACUJA OU FRUIT DE LA PASSION	18	40,92	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	LAIT D'AMANDES	153	66,98	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	NECTAR D'ABRICOT	64	36,80	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	NECTAR DE BANANE	90	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	NECTAR DE PÊCHES	69	36,00	1		
GLUCIDES	BOISSONS	JUS DE FRUITS	NECTAR DE POIRES	55	49,10	1		
ALCOOLS	BOISSONS	MELANGES	COOLER AU VIN 3%	650	283,00	4,69		
ALCOOLS	BOISSONS	MELANGES	KIR	184	165,00	1,37		
ALCOOLS	BOISSONS	MELANGES	KIR ROYAL	176	167,00	1,46		
ALCOOLS	BOISSONS	MELANGES	MARQUISSETTE	167	177,00	1,78		
ALCOOLS	BOISSONS	MELANGES	SANGRIA	253	212,00	2,69		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
ALCOOLS	BOISSONS	POIRÉ	POIRÉ NORMAND 3,5%	557	340,00	5,26		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	ABSINTHE	38	112,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	AMARETTO	57	228,00	3,18		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	ARMAGNAC 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	BAILEYS IRISH CREAM	113	377,00	2,51		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	BOURBON 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	CACHAÇA 45%	43	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	CALVADOS 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	COGNAC 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	COINTREAU	51	162,00	1,35		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	CRÈME DE CASSIS OU MÛRES 20%	98	273,00	4,43		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	CRÈME DE MYRTILLES 20%	98	273,00	1		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	CURAÇAO	85	215,00	2,83		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	EAU DE VIE DE FRUITS 45%	43	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	FERNET BRANCA	49	176,00	1,72		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	GET 27	50	115,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	GIN 38%	51	113,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	GRAND MARNIER	63	172,00	1,62		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	KAHLUA CAFE 20%	98	316,00	5,62		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	MALIBU COCONUT 21%	81	172,00	1,62		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	PASTIS ANISETTE OUZO 45%	43	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	PASTIS PRÉPARÉ 1 VOLUME PASTIS POUR 4 VOLUME D'EAU	217	113,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	RHUM 50%	41	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	Saké ou vin de riz	180	243,00	1		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	SHERRY DRY 16%	122	122,00	0,24		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	SHERRY MEDIUM 16%	122	143,00	0,81		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	SOHO LITCHI 21%	93	344,00	4,01		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	TEQUILA 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	TIA MARIA 20%	98	224,00	2,61		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	VODKA 40%	49	114,00	0		
ALCOOLS	BOISSONS	SPIRITUEUX & DIGESTIFS	WHISKY 40%	49	114,00	0		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	BYRRH 16%	122	187,00	2,02		
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	CINZANO SEC 16%	122	195,00	2,28		
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	GANCIA AMERICANO 15%	130	233,00	3,32		
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	MARTINI ROUGE & BLANC 15%	130	194,00	2,24		
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	MARTINI EXTRA-SEC 17%	115	131,00	0,5		
ALCOOLS	BOISSONS	VERMOUTH	NOILY PRAT 18%	108	172,00	1,62		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	CHAMPAGNE STANDARD 12%	163	124,00	0,29		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN BLANC DE GRAVES STANDARD 11%	177	136,00	0,63		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN BLANC DE SAUTERNE 14%	139	175,00	2,16		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN BLANC MI DOUX 11%	177	131,00	0,59		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN BLANC SEC 11,5%	170	119,00	0,15		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN BLANC SEC 13 %	150	107,00	0,25		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN ROSÉ 13% AOC PROVENCE	150	107,00	0,25		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN ROUGE 13% AOC	150	99,00	0,05		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS	VIN ROUGE SEC 11,5%	170	124,43	0,3		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	BANYULS AOC 16%	122	172,00	1,63		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	MADERE MI DOUX 18%	108	152,00	1,08		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	MARSALA MI DOUX 18%	108	148,00	0,96		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	MUSCAT DE FRONTIGAN, 15%	130	170,00	1,59		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	MUSCAT DE RIVESALTES 15%	130	170,00	1,59		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	PORTO BLANC 17%	115	160,00	1,28		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	PORTO ROUGE 19%	103	163,00	1,37		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	RASTEAU BLANC 16%	122	201,00	2,44		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	RASTEAU ROUGE 17%	115	192,00	2,17		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	VIN CUIT DE PROVENCE 15%	130	144,00	0,87		
ALCOOLS	BOISSONS	VINS CUIITS & MUTÉS	XÉRÈS	10	12,70	1		
	BOISSONS		EAU	10				
	BOISSONS		THÉ	110				
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CARRÉ D'AGNEAU	47	99,90		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CERVELLE D'AGNEAU	58	70,20		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CERVELLE D'AGNEAU BRAISÉE	56	80,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CERVELLE D'AGNEAU POÊLÉE avec matières grasses	41	111,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CŒUR D'AGNEAU CRU	43	52,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CŒUR D'AGNEAU CRU dégraissé	42	40,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	COLLIER D'AGNEAU	47	97,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CÔTES D'AGNEAU GRILLÉES	25	57,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	CÔTES DE FILET D'AGNEAU CRUES	43	100,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	ÉPAULE D'AGNEAU	39	98,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	FOIE D'AGNEAU CRU	34	47,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	FOIE D'AGNEAU CUIT	29	71,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	GIGOT D'AGNEAU	39	84,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	GIGOT D'AGNEAU CRU dégraissé (5%)	39	60,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	GIGOT MAIGRE D'AGNEAU au four	25	44,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	POITRINE D'AGNEAU	35	45,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	POITRINE GRILLÉE D'AGNEAU	25	45,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	ROGNONS D'AGNEAU	47	41,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	Rognons d'agneau crus	44	41,27		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	AGNEAU	SELLE D'AGNEAU	39	88,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	AIGUILLETTE DE BŒUF CRUE	32	50,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	AIGUILLETTE DE BŒUF CUITE	20	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	ALOYAU DE BŒUF	41	110,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	BASSES COTES DE BŒUF	41	106,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	BAVETTE D'ALOYAU DE BŒUF	32	44,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	COLLIER DE BŒUF avec gras	23	51,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	ENTRECOTE DE BŒUF CRUE	38	86,37		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	ENTRECOTE DE BŒUF GRILLÉE	32	61,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	FAUX FILET DE BŒUF	31	50,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	FILET DE BŒUF	33	58,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	FLANCHET DE BŒUF CRU	33	51,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	FLANCHET DE BŒUF CUIT	24	55,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	FOIE DE BŒUF	33	45,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	GÎTE DE BŒUF CRU	39	62,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	GÎTE DE BŒUF CUIT	22	35,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	HAMPE DE BŒUF	41	46,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	JARRET DE BŒUF CRU	37	68,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	JARRET DE BŒUF CUIT	23	36,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	JOUE DE BŒUF CRUE	35	39,20		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	JUMENTON DE BŒUF CRU	35	50,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	JUMENTON DE BŒUF CUIT	22	60,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	LANGUE DE BŒUF CRUE	46	86,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	LANGUE DE BŒUF CUIE	29	74,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	MACREUSE DE BŒUF	34	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	ONGLET DE BŒUF	25	39,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	PALERON DE BŒUF	39	84,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	PLAT DE CÔTES DE BŒUF	40	114,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	QUEUE DE BŒUF	25	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	QUEUE DE BŒUF	25	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	Rognons de bœuf crus	46	39,05		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	RÔTI DE BŒUF CRU	32	45,82		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	ROTI DE BŒUF CUIT	25	37,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	RUMSTEAK DE BŒUF	28	34,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	STEAK DE BŒUF	25	37,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	STEAK HACHE DE BŒUF à 15% de matières grasses	35	75,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	STEAK HACHE DE BŒUF à 5% de matières grasses	33	43,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	TENDE DE BŒUF	34	39,44		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	TENDRON DE BŒUF	28	58,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	TOURNEDOS DE BŒUF	33	58,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	TRIPES DE BŒUF CRUES	58	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	BŒUF	VIANDE DE BŒUF SÉCHÉE DES GRISONS	21	32,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	BOUCHERIE	CANARD	viande hachée de canard	44	52,06		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	CHEVAL	RÔTI OU STEAK DE CHEVAL	32	40,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	CHEVAL	RÔTI OU STEAK DE CHEVAL TRÈS MAIGRE	32	34,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	CHEVAL	STEAK HACHÉ DE CHEVAL	33	43,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	CHEVAL	VIANDE DE CHEVAL HACHÉE	33	41,53		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	GIBIER	CERF	33	40,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	GIBIER	CHEVREUIL	33	44,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	GIBIER	JEUNE SANGLIER RÔTI	25	38,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	GIBIER	SANGLIER ADULTE A CUIRE	33	27,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	GIBIER	VIANDE DE LIÈVRE	29	31,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	LAPIN	CUISSE DE LAPIN	46	46,26		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	LAPIN	FOIE DE LAPIN	27	45,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	LAPIN	RÂBLES DE LAPIN	33	44,55		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	LAPIN	VIANDE DE LAPIN DE GARENNE	24	32,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	LAPIN	VIANDE DE LAPIN D'ÉLEVAGE	32	55,00		1	
LIPIDES	BOUCHERIE	LARD ET GRAISSES ANIMALES	LARD DE PORC GRAS	4	28,42			1
LIPIDES	BOUCHERIE	LARD ET GRAISSES ANIMALES	SAINDOUX	3	27,00			1
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	CARRÉ CÔTES DE PORC RÔTI sans gras	25	48,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	CARRE DE PORC CRU A RÔTIR	21	41,67		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	CÔTE DE PORC CRUE	38	66,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	Côte d'échine de porc crue	32	54,60		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	ÉCHINE DE PORC RÔTIE	25	61,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	épaule de porc crue	40	90,63		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	ÉPAULE DE PORC RÔTIE	28	75,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	FILET DE PORC	25	40,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	FILET MIGNON DE PORC	58	60,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	FOIE DE PORC BRAISÉ	27	43,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	FOIE DE PORC CRU	33	43,83		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	LARD DE PORC MAIGRE	39	116,00		1	
LIPIDES	BOUCHERIE	PORC	LARDONS CRUS	13	42,25			1

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	LARDONS DE PORC	41	118,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	LONGE DE PORC BRAISÉE	24	48,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	LONGE DE PORC CRUE	36	70,35		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	PALETTE DE PORC	28	82,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	PLAT DE CÔTES DE PORC BRAISÉ	28	91,00		1	
LIPIDES	BOUCHERIE	PORC	PLAT DE CÔTES DE PORC CRU	15	38,59			1
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	POITRINE DE PORC SALÉE	63	286,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	POITRINE FUMÉE DE PORC	42	131,00		1	
LIPIDES	BOUCHERIE	PORC	Rognons de porc crus	43	39,52		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	SAUTÉ DE PORC MAIGRE	35	37,50		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	SAUTÉ DE PORC MAIGRE CRU	35	58,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	TRAVERS DE PORC BRAISÉ	23	89,00		1	
LIPIDES	BOUCHERIE	PORC	TRAVERS DE PORC CRU	16	38,52			1
PROTIDES	BOUCHERIE	PORC	VIANDE DE PORC BRAISÉE à rotir	29	90,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	SPECIALITÉ	AUTRUCHE	32	31,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	SPECIALITÉ	KANGOUROU	32	30,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	SPECIALITÉ	VIANDE DE CHAMEAU ADULTE MAIGRE	35	36,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	SPECIALITÉ	VIANDE DE JEUNE CHAMEAU MAIGRE	37	37,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	BAS DE CARRÉ DE VEAU	37	65,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	COLLIER DE VEAU	23	52,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	CÔTE DE VEAU	27	65,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	ÉPAULE DE VEAU CRUE	49	56,43		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	FILET DE VEAU	25	34,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	FLANCHET DE VEAU	28	58,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	FOIE DE VEAU	30	49,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	JARRET DE VEAU	32	34,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	Langue de veau crue	30	52,79		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	LANGUE DE VEAU TRES CUITE	27	53,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	LONGE DE VEAU	39	67,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	NOIX DE VEAU	35	36,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	PAUPIETTES DE VEAU	34	81,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	POITRINE DE VEAU	35	48,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	QUASI DE VEAU	39	66,70		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	Ris de veau	30	36,21		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	RIS DE VEAU BRAISÉ	29	36,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	Rognons de veau crus	44	41,98		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	TENDRON DE VEAU	29	63,00		1	
PROTIDES	BOUCHERIE	VEAU	TÊTE DE VEAU	37	76,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	CANARD	RILLETES DE CANARD	41	176,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	CANARD	RILLETES PUR CANARD BIO	41	101,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	CANARD	Saucisse de canard dorée au four	46	100,85		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	MOUTON	MERGUEZ DE BŒUF MOUTON CUITES	35	104,64		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	OIE	RILLETES D'OIE	47	220,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	ANDOUILLE	31	84,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	ANDOUILLETTE CRUE	39	91,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	ANDOUILLETTE POÊLÉE	29	86,57		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	BACON	30	37,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	BOUDIN NOIR CRU	64	207,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	BOUDIN NOIR POÊLÉ	47	123,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	CAILLETTE terrine du sud de la France	40	120,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	CERVELAS	62	187,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	CHIPOLATA CRUE	45	112,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	CHIPOLATA CUIE	37	125,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	CHORIZO	29	140,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	COPPA SÉCHÉE	27	65,65		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	Crépine de porc	41	50,24		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	FIGATELLI	47	159,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	FROMAGE DE TÊTE	47	79,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	GALANTINE	44	116,51		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	GENDARME OU SAUCISSE FUMÉE	37	114,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CRU	25	71,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CRU DE PARME	26	71,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CRU FUMÉ	27	81,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CUIT DE PARIS DÉCOUANNÉ DÉGRAISSÉ	39	41,62		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CUIT FUMÉ	34	53,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBON CUIT SUPERIEUR DÉCOUANNÉ DÉGRAISSÉ	35	41,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	JAMBONNEAU CUIT	35	47,72		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	LARDONS CRUS FUMES	43	112,68		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	LARDONS CUIITS	29	98,52		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	LARDONS CUIITS FUMES	30	40,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	LONZO	26	75,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	MORTADELLE	49	151,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	MORTADELLE DE BOLOGNE	44	135,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	MOUSSE DE FOIE	59	192,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	PANCETTA OU POITRINE ROULÉE SÈCHE	37	127,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	PATÉ DE CAMPAGNE	44	150,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	PATÉ DE FOIE DE PORC	67	243,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	PATÉ DE LAPIN	42	101,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	POITRINE FUMÉE	42	131,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	RILLETES PUR PORC	46	196,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	ROSETTE	28	105,55		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SALAMI	44	201,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE FRANCFORT	53	160,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE MONTBELIARD	43	147,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE MORTEAU cuite à l'eau	46	160,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE STRASBOURG	56	170,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE TOULOUSE CRUE	47	133,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSE DE TOULOUSE CUIITE	37	110,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSES COCKTAIL	56	177,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSON A L'AÏL	48	155,52		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSON SEC	26	115,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	SAUCISSON SEC PUR PORC	27	105,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	TRIPES CUITES A LA MODE DE CAEN	41	39,00		1	
PROTIDES	CHARCUTERIE	PORC	TRIPES CUITES A LA MODE DE CAEN	35	38,00		1	
LIPIDES	Confiserie	Chocolat	PÂTE A TARTINER BIO NOISETTE/CACAO SANS LAIT NI HUILE DE PALME	7	39,40		1	
LIPIDES	Confiserie	chocolats	CHOCOLAT NOIR BIO A 75% DE CACAO	7	38,80			1
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	CHUTNEY DE MANGUE	19	32,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	MIEL	12	38,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SÈVE DE KITUL	12	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SIROP D'AGAVE	12	37,47	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SIROP DE CANNE À SUCRE	11	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SIROP DE RIZ	12	36,72	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SIROP D'ÉRABLE	14	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCETTES	9	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCRE BRUN OU ROUX	9	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCRE COMPLET RAPADURA OU SUCANAT	9	36,00	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCRE GLACE	9	35,15	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCRE NOIR MELASSE	15	37,20	1		
GLUCIDES	Confiserie	confitures, miels é sirops	SUCRE RAFFINÉ	9	36,00	1		
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	BLANC D'ŒUF DE POULE	67	29,33		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	BLANC ŒUF DE POULE	67	29,33		1	
LIPIDES	CREMERIE	ŒUFS	JAUNE D'ŒUF DE POULE	10	33,39			1
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF A LA COQUE DE POULE	56	84,57		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF COQUE OU DUR DE POULE	56	84,57		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DE CAILLE	54	83,14		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DE CANE	54	99,60		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DE DINDE	51	86,48		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DE POULE EN OMELETTE	66	100,84		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DE POULE POCHÉ	56	79,34		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF D'OIE	50	91,86		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF DUR DE POULE	56	84,57		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF ENTIER CRU DE POULE	57	80,74		1	
PROTIDES	CREMERIE	ŒUFS	ŒUF FRIT OU AU PLAT DE POULE	51	100,67		1	
PROTIDES	CREMERIE	SOJA	YAOURT SOJA NATURE	152	77,61		1	
GLUCIDES	Épicerie	ALGUES	Poudre d'Agar - Agar	259	38,89	1		
LIPIDES	Épicerie	CRÈMES	CRÈME CUISINE SOJA	25	33,50			1
LIPIDES	Épicerie	CRÈMES	CRÈME CUISINE SOJA ALLÉGÉE	60	43,56			1
GLUCIDES	Épicerie	Épicerie	CARAMEL LIQUIDE	12	36,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Épicerie	PANISSE BIO	55	95,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Épicerie	PANISSE NATURE	65	66,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Épicerie	POUDRE DE CAROUBE	18	40,45	1		
PROTIDES	Épicerie	Épicerie	PROTEINES TEXTURÉES DE SOJA	14	50,00		1	
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	CHAPELURE DE SARRASIN	13	48,17	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	Farine d'amarante bio	15	57,22	1		
PROTIDES	Épicerie	farines et dérivés	FARINE DE CHANVRE BIO	23	70,93		1	
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	FARINE DE LENTILLES VERTES BIO	18	59,11	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	FARINE DE RIZ COMPLET	12	42,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	FARINE DE SOUCHET BIO	14	79,66	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	FÉCULE DE MANIOC OU TAPIOCA	10	37,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	GALETTES DE BLE NOIR OU SARRASIN	31	48,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	GALETTES DE RIZ 22cm BANH TRANG	11	36,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	GALETTES DE RIZ COMPLET SOUFFLÉ	12	45,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	GRUAU DE SARRASIN KASHA GRILLE	13	47,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	GRUAU DE SARRASIN RÔTI	45	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	LEVAIN DESHYDRATE DE QUINOA SANS GLUTEN	16	59,62	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	LEVAIN DESHYDRATE DE SARRASIN SANS GLUTEN	12	42,44	1		
PROTIDES	Épicerie	farines et dérivés	LEVURE DE BOULANGER DESHYDRATEE sans gluten	64	203,65		1	
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	SARRASIN CRU	14	43,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	SARRASIN en gruau ou en farine	13	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	TARTINES CRAQUANTES BIO DE RIZ À LA CHÂTAIGNE	11	41,39	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	TARTINES CRAQUANTES BIO DE RIZ AU QUINOA	12	46,40	1		
GLUCIDES	Épicerie	farines et dérivés	TARTINES CRAQUANTES BIO DE SARRASIN	12	50,00	1		
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	AMANDES	6	36,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	AMANDES BIO	6	38,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	AMANDES éffilées	6	36,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	AMANDES EN POUDRE	6	36,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	ARACHIDE OU CACAHUÈTE crue	6	38,39			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	ARACHIDES OU CACAHUÈTES bouillies	14	43,34			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	ARACHIDES OU CACAHUÈTES grillées	6	35,44			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	AVOCAT sans le noyau	21	29,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CHANVRE graines crues	10	48,39			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CHANVRE graines décortiquées	6	35,50			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CHIA graines déshydratées	10	57,56			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CRÈME D'AMANDES	5	33,00			1

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CRÈME DE NOIX DE COCO appertisée	13	30,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	CRÈME DE SÉSAME OU TAHIN	5	33,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	GOMASIO	6	37,55			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	GRAINES DE COURGE	7	37,29			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	GRAINES DE SÉSAME	6	34,26			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	LAIT DE COCO appertisé	18	29,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	LIN graines	9	23,67			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOISETTES	5	32,80			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOISETTES CRÈME OU PURÉE DE	5	31,03			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE CAJOU	6	36,36			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE COCO fraîche	9	31,80			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE COCO séchée et râpée	5	30,72			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE GRENOBLE	5	33,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE MACADAMIA	4	28,04			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DE PECAN	5	31,36			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	NOIX DU BRESIL	5	31,69			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	OLIVES NOIRES EN SAUMURE DÉNOYAUTÉES	21	33,97			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	OLIVES NOIRES préparées salées	8	30,00			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	OLIVES VERTES EN SAUMURE DÉNOYAUTÉES	27	33,54			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	OLIVES VERTES préparées salées	27	33,54			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	PAVOT graines	7	37,90			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	PIGNONS DE PIN	5	33,15			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	PISTACHES	6	34,99			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	POUDRE D'AMANDE BLANCHE	5	34,08			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	PUREE D'AMANDES BLANCHES BIO	5	34,21			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	Purée de Noix de Cajou Bio	7	41,83			1
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	Purée de pistaches bio	5	34,66		1	
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	TAPENADE OLIVES		29,66			1

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
LIPIDES	Épicerie	FRUITS OLÉAGINEUX	TOURNESOL graines	6	37,98			1
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	AIL FRAIS	33	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ANETH FRAIS	129	67,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ANIS EN GRAINES	18	74,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ANIS ÉTOILÉE OU BADIANE	18	74,43	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ANIS ÉTOILÉE OU BADIANE moulue	18	74,43	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	BAIES DE GENIÈVRE	25	88,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	BAIES ROSES	13	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	BASILIC	720	180,00	1		
	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	BICARBONATE DE SODIUM ALIMENTAIRE	4		1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CANNELLE	11	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	Cannelle moulue	11	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CÂPRES	429	94,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CARDAMOME EN GRAINES	13	49,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CARDAMOME MOULUE	13	49,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CARVI	18	74,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CERFEUIL FRAIS	138	62,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CERFEUIL TUBEREUX	273	65,52	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CIBOULE FRAICHE	450	113,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CIBOULETTE FRAICHE	450	113,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CIBOULETTE OU CIBOULE FRAÎCHE	450	113,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CITRONNELLE FRAICHE	36	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CITRONNELLE SECHE	97	43,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CLOUS DE GIROFLE	15	66,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CLOUS DE GIROFLE MOULUS	15	66,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORIANDRE FEUILLES FRAÎCHES	240	60,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORIANDRE GRAINES	18	68,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORIANDRE GRAINES CONCASSEES	18	68,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORIANDRE GRAINES MOULUES	18	68,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORIANDRE MOULUE	18	68,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CORNICHONS AU VINAIGRE	900	108,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CUMIN GRAINES	27	109,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CUMIN MOULU	27	109,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CURCUMA POUDRE	14	53,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CURRY INDIEN DOUX EN PÂTE	265	1338,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	CURRY POUDRE	36	100,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ÉCHALOTE CRUE	180	49,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	EPICE 5 PARFUMS OU CINQ ÉPICES	11	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ESTRAGON FRAIS	142	61,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	Fénugrec graines entières ou moulues	27	115,29	1		
	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	FLEUR DE SEL	1				
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GINGEMBRE FRAIS	92	55,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GINGEMBRE POUDRE	13	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GINGEMBRE SEC MOULU	13	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GRAINES DE FENOUIL	17	69,53	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GRAINES DE MOUTARDE	26	130,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GROS SEL	1				
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	GROS SEL MARIN	1				
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	HARISSA	134	97,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	LAIT DE RIZ	85	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	LAURIER SAUCE	18	84,72	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	MARJOLAINE OU ORIGAN	15	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	MASSALÉ Mélange d'épices en poudre	16	51,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	MENTHE FRAICHE	106	57,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	MOUTARDE A L'ANCIENNE	180	248,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	MOUTARDE FORTE DE DIJON	145	233,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	NOIX DE MUSCADE MOULUE	18	100,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PAPRIKA DOUX FUMÉ MOULU OU EN FILAMENTS	26	50,39	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PAPRIKA MOULU	17	65,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PERSIL FRAIS	643	180,00	1		
	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	Perte de sel marin lors de la cuisson	-1				
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENT DE CAYENNE EN POUDRE	16	68,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENT ESPELETTE EN POUDRE	16	81,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENT ESPELETTE FRAIS	257	59,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENT ROUGE FRAIS	125	50,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENT ROUGE OU VERT FRAIS	125	50,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENTS FRAIS	118	47,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	PIMENTS SECS	13	56,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE BLANC EN GRAINS	13	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	poivre blanc en grains concassés	13	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE BLANC MOULU	13	44,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE DE SICHUAN	13	52,17	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE NOIR EN GRAINS	20	52,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	poivre noir en grains concassés	20	52,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE NOIR MOULU	20	52,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	POIVRE VERT EN SAUMURE	16	70,00	1		
PROTIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	Psyllium blond en poudre	90	34,87		1	
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	QUATRE EPICES	13	52,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	RAIFORT CRU	95	57,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	ROMARIN SEC	14	47,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAFRAN	0	0,00	0		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SARRIETTE FRAICHE	290	35,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE CHILI	180	43,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE D'HUÎTRES	82	43,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE HOISIN	22	49,20	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE NUOK MÂM	83	35,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE TABASCO	1125	180,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE TERIYAKI	70	51,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUCE WORCESTERSHIRE ORIGINALE	41	38,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SAUGE SÈCHE	15	45,00	1		
	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	SEL MARIN	1				
	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	Sel marin non raffiné	1				
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	THYM SEC	33	71,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VANILLE BOURBON BIO EN GOUSSES	15	47,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VANILLE BOURBON BIO EN Poudre	15	47,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE BALSAMIQUE	36	37,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE BALSAMIQUE MODENE	27	37,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE DE CIDRE	692	35,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE DE FRAMBOISE	750	60,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE DE RIZ	1500	60,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE DE VIN BLANC	2250	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE DE VIN ROUGE	1500	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	VINAIGRE XERES	563	68,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	Herbes, Épices & Condiments	WASABI ORIGINAL SANS LACTOSE	38	46,00	1		
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'AMANDES DOUCES	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'ARACHIDE	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'ARGAN	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'AVOCAT	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE CAROTTE	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE BOURRACHE	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE CAMELINE	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE CARTHAME	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE CHANVRE	3	27,00			1

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE COLZA OU CANOLA	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE COTON	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE COURGES	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE LIN DORÉ	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE SÉSAME	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE SOJA	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE GRAINES DE SOUCHET	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE NOISETTES	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE NOIX DE COCO BIO	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE NOIX DE COCO OU DE COPRAH	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE NOIX DE MACADAMIA	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE NOIX VIERGE	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE PALME	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE PÉPINS DE RAISIN	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE PISTACHES	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE DE TOURNESOL	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'ŒILLETTE OU DE GRAINES DE PAVOT BLEU	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'OLIVES VIERGE EXTRA	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'OLIVES VIERGE EXTRA REJETÉE APRES CUISSON	3	27,00			1
LIPIDES	Épicerie	HUILES	HUILE D'ONAGRE	3	27,00			1
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	FARINE OU CREME DE QUINOA	13	49,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	GERMES DE SOJA FRAIS	218	65,38	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	GERMES DE SOJA FRAIS graines vertes	218	66,02	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	GERMES DE SOJA graines vertes appertisés	300	83,43	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	GRAINES CRUES DE QUINOA	13	50,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	GRAINES CUITES DE QUINOA	51	43,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	LAIT DE RIZ	85	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ BASMATI CRU	12	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ BASMATI CUIT	36	42,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ BLANC CRU	18	41,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ BLANC CUIT	31	42,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ COMPLET CUIT	37	42,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ CUISSON RAPIDE CRU	12	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ GLUANT CRU	11	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ GLUANT CUIT	43	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ SAUVAGE CRU	13	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	RIZ SAUVAGE CUIT	37	45,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	SEMOULE DE RIZ BLANC CRUE	12	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	VERMICELLES DE RIZ SÉCHÉS	11	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	VERMICELLES DE SOJA CUIITS	62	37,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	LÉGUMINEUSES ET CÉRÉALES	VERMICELLES DE SOJA SÉCHÉS	11	36,00	1		
LIPIDES	Épicerie	OLÉAGINEUX	GRAINES OU CRÈME DE SÉSAME NOIR	6	32,69			1
GLUCIDES	Épicerie	pâtes	NOUILLES RAMEN 100% SARRASIN	15	49,12	1		
GLUCIDES	Épicerie	pâtes	NOUILLES SOBA 100% SARRASIN	12	40,00	1		
GLUCIDES	Épicerie	PÂTES DE FRUITS	PÂTE DE TAMARIN	15	37,75	1		
PROTIDES	Épicerie	SOJA	EDAMAME CRU OU JEUNES FEVES DE SOJA	54	86,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	FARINE DE SOJA	17	77,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	FARINE DE SOJA BIO	19	71,13		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	FARINE DÉGRAISSÉE DE SOJA	15	42,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	GRAINES SOJA FRAICHES CRUES	54	86,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	GRAINES SOJA SECHÉES CRUES	20	85,34		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	LAIT DE SOJA OU TONYU nature	184	73,68		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	MISO DE RIZ soja+riz	62	115,23		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	MISO SOJA PUR	38	88,25		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	SAUCE TAMARI FORT PUR SOJA	68	55,73		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	Épicerie	SOJA	TEMPEH	38	78,54		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	TEMPEH FUMÉ	32	74,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	TOFU	64	97,99		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	TOFU FRIT	41	111,00		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	Tofu lactofermenté au pesto	44	83,95		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	Tofu lactofermenté aux olives	47	87,72		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	Tofu lactofermenté mariné au tamari	39	68,50		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	Tofu lactofermenté nature	39	68,43		1	
PROTIDES	Épicerie	SOJA	TOFU SOYEUX	130	70,00		1	
LIPIDES	Épicerie		HUILE RECUPÉRÉE DE LA CONSERVE UTILISÉE	3	27,00			1
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	BOLET	233	32,58		1	
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	CÈPES	233	32,58		1	
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	CHAMPIGNONS DE PARIS CRUS	280	46,90		1	
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	CHAMPIGNONS DE PARIS SAUTÉS	279	163,95		1	
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	CHAMPIGNONS MOUSSERONS CRUS	300	78,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	CHAMPIGNONS NOIRS SÉCHÉS	56	40,87	1		
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	GIROLLES	350	52,50		1	
PROTIDES	Fruits et Légumes	CHAMPIGNONS	TROMPETTES DE LA MORT	350	52,50		1	
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ABRICOTS	90	39,69	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ABRICOTS SECS	16	39,25	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ABRICOTS appertisés égoutés	56	47,74	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ACEROLA	117	41,12	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ANANAS	81	38,55	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ANANAS EN MORCEAUX appertisé égoutté	54	37,51	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ANANAS EN TRANCHES appertisé égoutté	54	37,51	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ANONE OU COROSOL	64	42,16	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ARBOUSES	45	39,60	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	BAIES DE GOJI SÉCHÉES	23	48,23	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	BANANE DEMIE SÉCHÉE	15	38,34	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	BANANE MÛRE	43	39,25	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	BRUGNON	90	41,51	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CANNEBERGES OU CRANBERRIES OU AIRELLES FRAICHES	74	37,83	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CANNEBERGES OU CRANBERRIES OU AIRELLES SÉCHÉES SUCRÉES	15	37,43	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CANTALOUPE	126	46,35	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CARAMBOLES	309	55,23	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CASSIS	74	39,05	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CERISES	53	38,12	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	Châtaigne ou marron appertisé	34	45,86	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CHÂTAIGNES	24	42,80	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CHÂTAIGNES CRUES	24	42,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CHÂTAIGNES CUITES À L'EAU	39	45,06	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CHÂTAIGNES GRILLÉES	22	45,29	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	Châtaignes ou marrons appertises	34	45,86	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CITRON CONFIT AU SEL et fait maison	360	55,80	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CITRON FRAIS PARÉ	367	55,68	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CITRON VERT OU LIME FRAIS PARÉ	319	50,68	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	CLEMENTINE	100	39,20	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	COING	64	37,63	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	DATTES SÉCHÉES DÉNOYAUTÉES	12	37,45	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FIGES BLANCHES	47	38,87	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FIGES DE BARBARIE	112	48,74	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FIGES NOIRES	69	39,74	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FIGES SÈCHES	33	38,83	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FRAISES	140	41,60	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	FRAMBOISES	113	36,52	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GOYAVE	82	42,73	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GOYAVE APPERTISÉE en pulpe	47	37,21	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GRAINS DE GRENADES	67	39,85	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GRENADES	67	39,85	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GRENADES parées	67	39,85	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GROSEILLES	95	43,62	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	GROSEILLES À MAQUEREAU	145	40,56	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	JUJUBES DÉNOYAUTÉES	33	43,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	KAKI	60	38,80	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	KIWI	82	43,49	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	KUMQUAT	57	44,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	KUMQUAT CONFIT	43	39,70	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	LITCHIS APPERTISÉS EN PULPE	34	38,19	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	LITCHIS FRAIS PARÉS	55	39,70	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MANDARINE	96	39,63	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MANGUE APPERTISÉE	53	38,07	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MANGUE FRAICHE PARÉE	60	38,52	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MARACUJA OU FRUIT DE LA PASSION	39	41,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MELON	120	42,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MURES DE RONCES	150	50,10	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MURES NOIRES	80	41,60	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	MYRTILLES	80	39,79	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	Nashi ou poire japonaise	75	43,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	NECTARINE	90	41,51	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	NEFLES DU JAPON FRAICHES PARÉES	88	39,38	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	Noix de Ginkgo	24	43,76	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ORANGE AMÈRE OU BIGARADE	105	42,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ORANGES	105	42,09	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ORANGES BIO	105	42,09	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PAMPLEMOUSSE	113	39,71	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PAPAYE	87	39,25	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PASTEQUE	127	40,21	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PATATE DOUCE	45	38,88	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	Pêches	98	37,96	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PECHES APPERTISÉES égouttées	53	37,04	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PHYSALIS	155	56,15	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POIRES	64	38,21	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POIRES APPERTISÉES égouttées	53	36,44	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POIRES WILLIAM	69	40,36	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POMELO	113	39,71	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POMMES	75	37,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	POMMES SÉCHÉES	43	36,72	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PRUNEAUX	13	37,65	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PRUNES	75	38,75	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	PRUNES REINE CLAUDE	94	40,75	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	RAISINS BLANCS	56	38,17	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	RAISINS NOIRS	74	39,23	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	RAISINS SECS	14	38,32	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ZESTE DE CITRON	56	40,87	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ZESTE DE LIME OU CITRON VERT	539	179,62	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	FRUITS	ZESTE D'ORANGE BIOLOGIQUE	62	18,52	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	AMARANTE	16	58,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ARTICHAUT CRU	87	48,45	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ARTICHAUT CUIT	186	61,39	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ASPERGES APPERTISÉES	947	217,89	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ASPERGES CRUES	225	58,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ASPERGES CUITE	283	84,05	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	AUBERGINE CRUE	158	45,10	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	AUBERGINE CUITE	290	52,82	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTERAVES CRUES	94	43,71	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTERAVES CUITES	119	44,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTES CÔTES DE BETTES égouttées	333	78,03	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTES OU BLETTES	333	70,03	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTES OU BLETTES bouillies égouttées	218	53,93	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BETTES OU BLETTES entières bouillies égouttées	310	67,62	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	Bok choy ou Pak-choi crû	763	141,25	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	BROCOLIS	375	94,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CARDON CRU	244	44,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CAROTTE CRUE	134	43,88	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CAROTTE CUITE	180	46,62	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CELERI RAVE CRU	149	48,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CELERI VERT CRU	450	54,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHAIR DE POTIMARON	161	52,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHAMPIGNON SHITAKE ou lentin du chène SAUTES	117	55,85	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHAMPIGNONS SHITAKE SAUTÉS	117	55,85	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHAMPIGNONS SHITAKES CRUS	129	44,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHAMPIGNONS SHITAKES ou lentin du chène crus	129	44,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHATAIGNE D'EAU	37	39,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHÂTAIGNES D'EAU	21	44,57	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHICORÉE	900	109,80	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU BLANC	189	48,86	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU FRISÉ CRU	108	45,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU NOIR TOSCAN OU KALE	90	45,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU ROUGE	225	54,72	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU VERT	391	134,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOUCROUTE	164	45,53	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU-FLEUR	385	50,55	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOU-RAVE	243	58,89	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOUX DE BRUXELLES APPERTISÉS	279	109,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOUX DE BRUXELLES CRUS	101	52,30	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CHOUX DE BRUXELLES CUIITS	134	55,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CŒUR DE PALMIER	86	48,04	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CŒUR DE PALMIER APPERTISES	409	98,18	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CŒURS D'ARTICHAUTS APPERTISÉS	500	105,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CŒURS D'ARTICHAUTS CUIITS	74	43,75	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CONCENTRÉ DE TOMATES	86	79,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CONCOMBRE	600	61,20	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CORNICHONS	280	39,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGE BOUILLIE	63	39,53	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGE D'HIVER CRUE	88	48,02	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGE MUSQUEE CRUE	88	48,02	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGE SPAGHETTIS CRUE	130	40,38	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGE SPAGHETTIS CUIITE AU FOUR OU BOUILLIE ÉGOUTTÉE	159	53,46	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	COURGETTE CRUE	289	58,28	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	CRESSON	232	58,41	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ÉCHALOTES CRUES	129	45,02	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ENDIVES	563	63,56	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ÉPINARDS FRAIS	692	129,44	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FANES DE RADIS	250	70,75	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FARINE DE CHÂTAIGNE	14	44,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FARINE DE CHÂTAIGNES BIO	14	48,61	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FARINE DE NOIX DE COCO BIO	41	141,08	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FÉCULE D'ARROW-ROOT	11	36,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FÉCULE DE POMMES DE TERRE	11	36,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FENOUIL	174	94,84	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FENOUIL BOUILLI OU À LA VAPEUR	552	65,91	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FEVES	64	92,21	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FEVES SECHÉES CUITES	125	71,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FLAGEOLETS APPERTISÉS	77	64,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FLAGEOLETS APPERTISÉS ÉGOUTTÉS	77	64,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FLAGEOLETS APPERTISÉS NATURE	57	61,34	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FLAGEOLETS CUIITS	80	100,84	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FLOCONS DE AZUKIS	14	48,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FONDS D'ARTICHAUTS APPERTISÉS	750	135,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FONDS D'ARTICHAUTS CRUS	87	48,45	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	FONDS D'ARTICHAUTS CUIITS	500	157,60	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	GERMES DE LUZERNE	237	88,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	GERMES DE SOJA appertisés	375	54,42	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	GOMBOS OU OKRAS	128	55,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS AZUKIS SECS CRUS	14	48,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS BEURE appertisés	321	111,88	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS BLANCS APPERTISÉS	69	66,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS BLANCS appertisés avec jus	76	61,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS BLANCS CRUS	15	49,73	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS BLANCS CUIITS	66	109,94	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS NOIRS CUIITS	38	97,98	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS PLATS SURGELÉS	237	52,11	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS ROUGES APPERTISÉS	53	61,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS ROUGES CUIITS	66	114,02	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS VERTS CUIITS VAPEUR	176	48,04	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	HARICOTS VERTS FRAIS	129	87,36	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	Jicama	102	38,77	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	LENTILLES CORAIL CRUES	22	55,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	LENTILLES CORAIL CUITES BIO	65	58,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	LENTILLES CUITES	55	96,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	LENTILLES PRÉPARÉES APPERTISÉES	75	64,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	Lentilles vertes crues	14	42,84	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	MESCLUN	500	71,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	NAVET CUIT	281	78,38	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	NAVET PELÉ CRU	225	49,05	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	OIGNON	128	44,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	OIGNON NOUVEAU OU CÉBETTE	89	72,05	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	OIGNON ROUGE	138	45,14	1		
PROTIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	ORTIE FRAICHE CRUE	95	38,00		1	
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	OSEILLE	375	90,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PANAIS CRUS	50	39,63	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PANAIS CUIITS	46	39,66	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PE TSAÏ OU CHOU CHINOIS CRU	450	54,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PETITS POIS appertisés à l'étuvée	76	59,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PETITS POIS FRAIS CRUS écosés	75	44,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PETITS POIS FRAIS ÉCOSSÉS	75	59,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PISSENLIT	158	64,39	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PLEUROTES FRAICHES	150	80,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIREAUX	237	51,59	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CASSES CRUS	14	51,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CASSÉS CUIITS	41	51,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CHICHES APPERTISÉS	150	146,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CHICHES CRUS	16	59,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CHICHES CUIITS	48	63,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS CHICHES en gruau ou en farine	16	59,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS MANGE-TOUT FRAIS	129	48,84	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIS MANGETOUTS CRUS	118	55,00	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIVRON DOUX ROUGE LONG FRAIS	225	50,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIVRON JAUNE	225	50,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIVRON JAUNE OU ROUGE	225	50,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIVRON ROUGE	225	50,24	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POIVRON VERT	346	59,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POMME DE TERRE CRUE	51	40,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POMME DE TERRE FRITE	17	70,49	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POMME DE TERRE VAPEUR	49	40,04	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POMMES DE TERRE SAUTÉES	59	74,11	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POTIRON	200	49,20	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POURPIER	300	58,20	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POUSSES DE BAMBOU appertisées	280	65,36	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	POUSSES DE BAMBOU FRAICHES	150	52,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PULPE BOUILLIE DE COURGE MUSQUÉE	82	39,28	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PULPE CRUE DE COURGE MUSQUÉE BUTTERNUT	77	42,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PULPE CUITE DE COURGE MUSQUÉE BUTTERNUT	90	36,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PULPE DE TOMATES BIO	240	55,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	PURÉE DE TOMATE	180	56,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	Radis chinois ou Daïkon cru	220	39,51	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	RADIS NOIR	82	47,41	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	RADIS ROUGE	300	53,40	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	RHUBARBE CRUE	198	46,72	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	RHUBARBE CUITE sucrée	14	36,65	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	RUTABAGA	129	42,20	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE FEUILLES DE CHÊNE	500	97,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE FRISÉE	323	104,41	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE LAITUE	450	103,41	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	salade laitue Iceberg	333	49,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE LAITUE ROMAINE	750	127,50	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE MÂCHE	1154	240,58	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE ROQUETTE	247	76,15	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALADE SCAROLE	947	169,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALICORNE	818	75,56	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	SALSIFIS	66	50,92	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES	257	51,17	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES CERISE	257	53,49	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES CERISES CRUES	257	53,49	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES ENTIÈRES PELÉES APPERTISÉES ET ÉGOUTTÉES	466	75,54	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES SECHÉES à l'huile d'olive	95	128,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES SECHÉES BIO	34	57,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOMATES SECHÉES huile égouttée	39	94,00	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	TOPINAMBOUR	65	40,16	1		
GLUCIDES	Fruits et Légumes	LÉGUMES	UF	346	59,20	1		
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	BLATTES	28	50,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	CHENILLES OU VERS A SOIE	69	24,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	CRIQUET PELERIN FEMELLE	8	35,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	CRIQUET PELERIN MÂLE	13	39,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	FOURMIS ROUGES	50	44,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	GRILLON	37	52,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	LARVES DE MOUCHE DE FRUITS	45	75,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	LARVES DE MOUCHE DE VIANDE	45	85,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	LARVES DE MOUCHES	11	43,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	SUPER VERS	38	85,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	TERMITE	15	50,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	VERS DE TERRE OU LOMBRIC	67	39,00		1	
PROTIDES	Magasins spécialisés	INSECTES	VERS PHOENIX	39	69,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	BIGORNEAU chair	47	49,94		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	BULLOT chair	34	32,81		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	BULLOTS OU BUCCINS CHAIR CUITE	34	33,04		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	CLAMS chair	45	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	COQUE CUITE chair	35	35,34		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	COQUILLE SAINT-JACQUES CRUE noix seule	39	32,46		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	COQUILLE SAINT-JACQUES CRUE avec corail	41	34,18		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	COQUILLE SAINT-JACQUES CUITE avec corail	30	36,20		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	COUTEAUX CUIITS chair	32	29,77		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	HUITRE CREUSE CRUE chair	81	53,72		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	MOULES CRUES chair	58	49,58		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	MOULES CUITES chair	41	41,92		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	PALOURDES chair	45	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	PATELLES OU BERNICLES chair	41	37,89		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	PETONCLES CRUES chair	42	34,86		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	PETONCLES CUITES chair	30	32,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	PRAIRE chair	45	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	COQUILLAGES	TELLINES OU CLOVISSES CUITES chair	27	38,34		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	AMANDE DE MER chair	70	57,40		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	ARAIGNEE DE MER CUIE chair	44	41,80		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CIGALE DE MER CUIE	41	36,65		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CRABE DES NEIGES CUIT VAPEUR chair	30	33,66		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CRABE KAMCHATKA chair appertisée	44	35,88		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CRABE TOURTEAU CUIT VAPEUR chair	36	46,43		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES CRUES chair	51	36,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES GAMBAS CRUES chair surgelée	36	28,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES GAMBAS TIGRÉES CUITES VAPEUR	30	29,61		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES ROSES CUITES OU BOUQUET chair	31	30,70		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES ROSES DECORTIQUÉES	33	29,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES ROYALES ROSES CUITES VAPEUR chair	26	29,74		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	CREVETTES VANNAMEI CUITES VAPEUR	31	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	ECREVISSES CRUES chair	46	33,62		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	ECREVISSES CUITES chair	42	32,50		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	ECREVISSES D'ÉLEVAGE CUITES chair	40	34,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	HOMARD CUIT chair	37	32,78		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	LANGOUSTE CUITE chair	27	35,80		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	LANGOUSTE CUITE SURGELÉE chair	33	37,33		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	LANGOUSTINE chair	33	30,48		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	QUEUE DE HOMARD FRAIS BOUILLIE OU CUITE VAPEUR	62	32,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	QUEUE DE HOMARD FRAIS GRILLÉE	64	40,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	QUEUE DE HOMARD SURGELÉE GRILLÉE	77	39,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	CRUSTACÉS	QUEUE HOMARD SURGELÉE BOUILLIE OU CUITE VAPEUR	74	32,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	FRUITS DE MER	CORAIL D'OURSINS conserve	43	52,46		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	FRUITS DE MER	CORAIL D'OURSINS CRU frais	56	52,08		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	CALAMAR CRU	44	39,38		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	POULPE OU PIEUVRE CRU	64	38,82		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	POULPE OU PIEUVRE FRIT	23	36,63		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	SEICHE SANS OS CRUE	47	31,96		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	SEICHE SANS OS CUITE	44	37,19		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	MOLLUSQUES	SUPIONS	44	37,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	AIGLEFIN OU EGLEFIN CRU	37	32,19		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	AIGLEFIN OU EGLEFIN FILET CRU	37	30,34		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	AIGLEFIN OU ÉGLEFIN FRAIS	44	30,35		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	AIGUILLAT OU REQUIN EPINEUX CRU	33	43,38		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	AILE DE RAIE	34	30,77		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ANCHOIS Á L'HUILE égouttés	26	48,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ANCHOIS CRUS	36	40,77		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ANGUILLE CRUE	38	69,85		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BAR COMMUN D'ÉLEVAGE entier	33	40,23		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BAR COMMUN SAUVAGE filet	35	33,44		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BAR OU LOUP CRU D'ÉLEVAGE entier	37	40,52		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BARBUE CRUE D'ÉLEVAGE	45	39,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BAUDROIE	48	40,08		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BONITE	32	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BROCHET	33	30,60		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	BROSME OU CUSK OU TUSK	41	31,30		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CABILLAUD	39	35,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CABILLAUD FRAIS filet	39	30,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CARPE	39	49,86		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CARPE D'ÉLEVAGE filet	40	39,55		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CARRELET	36	36,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CAVIAR NOIR OU ROUGE granuleux	28	79,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CÉTEAU OU SÉTEAU	39	31,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CHINCHARD GRAS filet	36	51,07		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CHINCHARD MAIGRE filet	37	35,93		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	COLIN	41	37,47		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	COLIN filet	70	49,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	COLIN filet frais	70	49,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	COLIN filet surgelé	41	33,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	CONGRE	35	37,45		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	DAURADE OU DORADE	39	29,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	DORADE ROYALE D'ÉLEVAGE filet	34	43,07		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	EGLEFIN FUMÉ OU AIGLEFIN FUMÉ	37	30,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ÉPERLAN	40	38,51		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ESPADON	35	42,42		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	FILET DE RASCASSE CRU	74	33,16		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	FILET DE VIVANEAU	32	32,30		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	Filet frais de saumon atlantique d'élevage	35	68,92		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	FLÉTAN	34	37,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	FLÉTAN FILET	37	43,84		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	GOBERGE	35	31,15		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	GRENADIER CRU filet	42	29,40		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	GRONDIN	42	39,64		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	HADDOCK	37	30,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	HARENG	41	83,60		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	HARENG FUMÉ	30	60,86		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	HARENG GRAS filet	37	65,12		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	HARENG MAIGRE filet	38	41,31		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	JULIENNE	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	JULIENNE FILET FRAIS	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LAMPROIE	47	82,61		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LIEU NOIR filet	38	31,53		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LIEU NOIR OU JAUNE	37	31,31		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LIEU NOIR OU JAUNE FILET	37	31,31		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LIMANDE	33	32,33		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LINGUE	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LINGUE BLEUE FRAÎCHE filet	37	28,88		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LINGUE FILET FRAIS	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LINGUE filet frais	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LOQUETTE	41	31,30		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LOTTE	33	32,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LOTTE FRAÎCHE filet	39	32,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LOUP GRILLÉ de l'Atlantique	31	38,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	LOUP OU BAR FRAIS filet	37	40,52		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MAQUEREAU CRU	37	67,79		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MAQUEREAU FRAIS filet	39	77,73		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MARÂICHE OU REQUIN TAUPE	30	31,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MERLAN	37	29,94		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	Merlan filet frais	37	29,76		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MERLU ou MERLUCHE	41	37,47		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MÉROU	26	58,34		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MOLVA filet	41	35,41		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MORUE SALÉE	22	29,94		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	MULET filet	35	36,57		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	PAGEOT	39	29,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	PERCHE FRAÎCHE filet	37	30,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	PLIE	36	36,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	RAIE filet	33	28,78		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	RASCASSE	37	33,52		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ROUGET BARBET DE ROCHE PORTION	36	40,36		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ROUGET BARBET FRAIS de l'Atlantique filet	38	59,72		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	ROUSSETTE CRUE	30	28,83		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SAINT PIERRE	44	32,81		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SAINT PIERRE SURGELÉ filet	34	30,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SARDINES	35	43,75		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SAUMON FRAIS du Pacifique filet	34	47,11		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SAUMON FUMÉ	32	54,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SAUMONETTE CRUE	30	28,84		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SÉBASTE	37	32,76		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SEBASTE FRAIS filet	37	33,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SOLE	33	32,33		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	SOLE FRAÎCHE de l'Atlantique filet	39	29,94		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TACAUD FRAIS filet	39	29,56		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	THON AU NATUREL CONSERVE	27	34,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	THON GERMON FRAIS MAIGRE	26	31,02		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	THON ROUGE FRAIS	30	43,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TRUITE DE MER FRAÎCHE filet	38	38,46		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TRUITE D'ÉLEVAGE portion	36	38,61		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TRUITE FRAÎCHE D'ÉLEVAGE filet	37	49,84		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TRUITE FUMÉE	30	47,00		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	TURBOT D'ÉLEVAGE FRAIS filet	38	41,69		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	VIEILLE	44	35,86		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	VIVANEAU	27	30,51		1	
PROTIDES	POISSONNERIE	POISSONS	VIVANEAU FILET FRAIS	27	30,51		1	
PROTIDES	Produits de la mer	ALGUES	Algue Laitue de mer ou Ulva déshydratée	43	56,60		1	
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES AGAR-AGAR CRUES	133	39,24	1		
PROTIDES	Produits de la mer	ALGUES	Algues dulce et nori déshydratées	194	42,19		1	
PROTIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES DULSE & NORI SÉCHÉES	194	1,69		1	
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES KOMBU & VARECH CRUES	94	47,44	1		
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES KOMBU ROYAL SÈCHES	15	41,00	1		
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES LAITUE DE MER SÉCHÉES	110	80,99	1		
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	ALGUES WAKAME CRUES	98	53,20	1		

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
GLUCIDES	Produits de la mer	ALGUES	Haricot de mer ou Algue spaghetti déshydratée	74	121,98	1		
PROTIDES	TRIPERIE	AGNEAU	ROGNONS D'AGNEAU BRAISÉS	29	41,00		1	
PROTIDES	TRIPERIE	BŒUF	ROGNONS DE BŒUF CUIITS	28	46,00		1	
PROTIDES	TRIPERIE	PORC	ROGNONS DE PORC CUIITS	28	40,00		1	
PROTIDES	TRIPERIE	VEAU	ROGNONS DE VEAU CUIITS	27	41,50		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CAILLE	CAILLE avec peau	28	56,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CAILLE	CAILLE CRUE AVEC PEAU portion	36	67,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CAILLE	CAILLE CRUE SANS PEAU portion	32	43,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CAILLE	CAILLE SANS PEAU	29	33,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	AIGUILLETTE DE CANARD CRUE	32	32,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	CANARD	37	48,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	CUISSE DE CANARD CONFITE	33	85,60		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	FOIE GRAS DE CANARD APPERTISÉ	58	276,00		1	
LIPIDES	VOLAILLES	canard	FOIE GRAS DE CANARD CRU	5	21,82		1	
LIPIDES	VOLAILLES	canard	FOIE GRAS DE CANARD MI-CUIT	5	28,64		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	GÉSIIERS DE CANARD	29	45,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	GÉSIIERS DE CANARD CONFITS appertisés	22	32,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	MAGRET DE CANARD	35	60,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	MAGRET DE CANARD CRU	45	159,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	MAGRET DE CANARD CUIT	26	50,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	MAGRET DE CANARD DU SUD-OUEST SÉCHÉ ET FUMÉ	36	125,26		1	
PROTIDES	VOLAILLES	CANARD	MAGRET DE CANARD fumé aux 4 épices	40	71,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	DINDE	ESCALOPE POËLÉE DE DINDE	23	33,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	DINDE	VIANDE OU CHAIR CRUE DE DINDE	32	35,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	DINDE	VIANDE OU CHAIR SAUTÉE DE DINDE	24	33,00		1	

TABLE	RAYON	SOUS - RAYON	Dénomination	POIDS	CALORIES	Glucides	Protides	Lipides
PROTIDES	VOLAILLES	GIBIER	FAISAN CUIT	21	51,00		1	
LIPIDES	VOLAILLES	LARD ET GRAISSES ANIMALES	GRAISSE DE CANARD	3	27,00			1
LIPIDES	VOLAILLES	LARD ET GRAISSES ANIMALES	GRAISSE D'OIE	3	27,00			1
PROTIDES	VOLAILLES	OIE	FOIE GRAS D'OIE	100	521,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	OIE	VIANDE OU CHAIR D'OIE CRUE	31	48,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	OIE	VIANDE OU CHAIR D'OIE RÔTIE	24	66,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	PALOMBE	PALOMBE CRUE SANS LA PEAU	28	32,20		1	
PROTIDES	VOLAILLES	PIGEON	PIGEON CUIT avec peau	29	62,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	PIGEON	PIGEON CUIT sans peau	32	34,56		1	
PROTIDES	VOLAILLES	PIGEON	PIGEON CUIT sans peau	32	34,56		1	
PROTIDES	VOLAILLES	PINTADE	VIANDE OU CHAIR DE PINTADE CRUE	34	36,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULE	VIANDE OU CHAIR DE POULE sans la peau	28	85,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	AIGUILLETES DE POULET	29	31,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	AIGUILLETES DE POULET GRILLÉES	27	34,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	BLANC DE POULET	33	34,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	Chapon chair crue	32	39,46		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	FOIE DE POULET	28	45,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	GÉSISERS DE POULET CRUS avec peau	46	137,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	GÉSISERS DE POULET CRUS sans peau	39	59,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	GÉSISERS DE POULET TRES CUIT sans peau	28	50,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	POULET RÔTI avec peau	29	57,00		1	
PROTIDES	VOLAILLES	POULET	POULET RÔTI sans peau	27	43,50		1	
			PERTE DE BOUILLON ÉVAPORÉ	-100				
			PERTE D'EAU EN CUISSON	-100				
			Perte d'huile lors de la cuisson	-3		-1		