

Pour sa santé... remplacez au lieu d'ajouter...



EXTRA

UNITE DISTRIBUEE

**EQUIVALENT EN GRAMMES
DE CROQUETTES**

| | | |
|------------------------------------|--------------------------|----|
| CAMEMBERT à 45% | Huitième (30g) | 23 |
| BRIOCHE PARISIENNE du BOULANGER | Quart (20g) | 22 |
| CROISSANT du BOULANGER | Quart (20g) | 22 |
| CACAHUETE GRILLEE SALEE | 10 (10g) | 13 |
| BISCUIT APERO AVEC FROMAGE | 1 (10g) | 13 |
| PATE DE CAMPAGNE | 1 carré (15g) | 12 |
| PORTON DE FROMAGE FONDU | 1 portion (16g) | 12 |
| THON EN BOITE A L'HUILE | 1 cuillère à soupe (25g) | 12 |
| LAIT DE VACHE DEMI-ECREME UHT | 10cl | 12 |
| BISCUIT PETIT BEURRE | 1 (10g) | 12 |
| SAUCISSON SEC | 1 rondelle (10g) | 11 |
| CHORIZO SEC | 1 rondelle (8g) | 11 |
| CREME DESSERT INDUSTRIELLE | Quart (30g) | 10 |
| ABRICOT SEC | 1 (15g) | 10 |
| EMMENTAL | 1 bouchée (10g) | 10 |
| BEURRE | 1 cuillère à café (5g) | 10 |
| CHIPOLATA | Quart (10g) | 9 |
| PAIN BAGUETTE | Tranche (12g) | 9 |
| LAIT DE VACHE ECREME UHT | 10cl | 9 |
| SAUCISSON A L'AIL | 1 rondelle (10g) | 8 |
| RAVIOLI A LA VIANDE | 2 (15g) | 8 |
| SAUCISSE DE FRANCFORT | Quart (10g) | 8 |
| THON EN BOITE AU NATUREL | 1 cuillère à soupe (25g) | 8 |
| PAIN DE MIE | Quart tranche | 7 |
| CHOCOLAT AU LAIT | 1 carré | 7 |
| BANANE | Quart (30g) | 7 |
| BONBON | 1 | 7 |
| CONFITURE | 1 cuillerée (10g) | 7 |
| SUCRE BLANC | 1 carré (6g) | 6 |
| YAOURT ENTIER NATURE | Quart (30g) | 6 |
| COMPTE POMME | Quart (25g) | 5 |
| SAUMON FUME | Quart de tranche (10g) | 5 |
| JAMBON BLANC CUIT | Quart de tranche (15g) | 5 |
| ESCALOPE DINDE SAUTEE | Bouchée (10g) | 4 |
| YAOURT 0% MG CRU | Quart (30g) | 4 |
| STEAK HACHE 5% MG CRU | Bouchée (10g) | 3 |
| PETITE POMME ROUGE | Quart (25g) | 3 |
| KETCHUP | 1 cuillère à soupe (10g) | 3 |
| ABRICOT FRAIS | 1 (25g) | 3 |
| CREVETTE CUITE | 1 (10g) | 3 |
| CREVETTE CUITE (1 queue) | Bouchée (10g) | 3 |
| CAROTTE, HARICOTS VERTS, POTIRON | 1 cuillerée (25g) | 2 |
| COURGETTE, ENDIVE, BROCOLI (cuits) | 1 cuillerée (25g) | 1 |