

GALETTE SAVEUR JAMBON EMMENTAL

En-cas (crêpe) hyperprotéiné et hypocalorique (appauvri en glucides et en lipides) saveur jambon emmental, dont la valeur énergétique est de 104 kcal

INGREDIENTS : Blanc et jaune d'œuf, protéines de pois, protéines de lait, farine de sarazin 14,1%, arômes jambon et emmental, ACTIF (inuline de chicorée, vitamines (A, D3, E, C, B1, B2, B3/PP, B5, B6, B9, B12, B8/H,)), minéraux (Fe, Zn, Cu, Mn, Se, I), huile de poisson, extrait de café vert, extrait de thé vert), antiagglomérants (carbonate de magnésium (E504), carbonate de potassium (E501)), acides aminés (DL-méthionine, L-thréonine, L-valine).

ALLERGENES : gluten, œuf, lait, soja

MODE D'EMPLOI : Verser le contenu du sachet dans 100ml d'eau, mélanger, cuire dans une poêle comme une crêpe traditionnelle et déguster.

Valeurs nutritionnelles		Pour 100 grs	Par portion soit 27,7 grs	AJR en %
Energie				
	kJ	1594,0	441,0	
	kcal	375,0	104,0	
protéines en gr		55,1	15,3	
lipides en gr		7,9	2,2	
glucides en gr		15,6	4,3	
	dont sucres en gr	3,3	0,9	
fibres en gr		7,7	2,1	
Sels minéraux	Calcium en mg	271,1	75,1	9,0
	Phosphore en mg	483,5	133,9	17,0
	Sodium en mg	1796,3	497,6	
	Potassium en mg	732,6	202,9	
	Magnésium en mg	167,5	46,4	15,0
	Fer en mg	10,1	2,8	20,0
	Zinc en mg	21,9	6,1	40,0
	Cuivre en mg	0,8	0,2	
Vitamines	A (Rétinol) en µg	440,4	122,0	15,0
	C (Acide ascorbique) en mg	33,0	9,1	15,0
	E (Tocophérol) en mg	5,5	1,5	15,0
	B1 (Thiamine pure) en mg	0,8	0,2	16,0
	B2 (Riboflavine pure) en mg	0,9	0,3	16,0
	B3/PP (Niacine) en mg	10,5	2,9	16,0
	B5 (Acide pantothénique) en mg	3,4	1,0	16,0
	B6 (Pyridoxine pure) en mg	2,3	0,6	31,0
	B12 (Cyanocobalamine) en µg	0,6	0,2	15,0
	B8/H (Biotine) en µg	82,6	22,9	15,0
	B9 (Acide folique) en µg	117,7	32,6	16,0
	D2 (Ergocalciferol), D3 (Cholécalciférol) en µg	3,1	0,8	17,0