

Dans le cadre d'un régime de remplacement total pour perdre du poids, 3 produits doivent être consommés par jour. 3 doses apportent 100% des AJR d'éléments recommandés. Pour ce type de régime, il est recommandé de ne pas le prolonger plus de 3 semaines sans demander conseil à votre médecin. Si vous consommez ces produits comme repas de remplacement pour un contrôle de poids dans un régime hypocalorique, 3 produits doivent être consommés à côté de vos produits conventionnels, veuillez consommer 3 produits en conjonction avec des produits conventionnels.

Ces produits ne seront vendus qu'aux clients qui suivent le régime Exante. La revente de ces produits est interdite. Ce régime ne peut être suivi que par ceux ayant rempli le bilan de santé d'Exante lors de leur inscription sur le site et ayant été admis à suivre le régime alimentaire. Ne pas donner aux enfants de moins de 18 ans et aux femmes enceintes ou allaitant. Veuillez respecter les dosages et mode d'emploi recommandés conformément aux résultats de votre bilan de santé. Pour plus d'informations sur les possibles effets secondaires, visitez le site www.exantediet.com.

Veuillez consulter votre médecin avant de commencer toute sorte de régime pour perdre du poids. Il est important que vous mainteniez un apport quotidien en liquides suffisant : veuillez consommer de 2-4 litres d'eau par jour. Veuillez noter qu'un apport en liquides excessif peut être nuisible pour la santé.

Shakes

Banane

Ingrédients: poudre de lait écrémé (40%), maltodextrine, protéine de soja, protéine de lactosérum, graisse végétale, Inuline, huile de soja, tri potassium citrate, protéine de lait, glucose déshydraté, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, phosphate de di potassium, chlorure de calcium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine, aromatisant, lécithine de soja, édulcorant : sucralose ; colorants : bêta-carotène ; antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja

Ce produit peut contenir des traces de gluten, œuf, moutarde, sulfites et céleri

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1670	852	
Énergie kcal	398	203	
Protéines	26.2	13.4	
Glucides (g)	41.0	20.9	
(dont sucres) (g)	25.7	13.1	
Lipides (g)	13.7	6.5	
(dont saturés) (g)	5.7	2.9	
Acide linoléique (g)	3.47	1.77	
Acide alpha linoléique (g)	0.35	0.18	

Fibre (g)	6.8	3.5	
Sel (g)	1.26	0.64	
Potassium (mg)	2087	1064.4	53
Calcium (mg)	544	277.4	35
Magnésium (mg)	293	149.4	40
Phosphore (mg)	546	278.5	10
Chlorure (mg)	544	277.4	35
Biotine (µg)	34.8	17.8	35
Chrome (µg)	26.8	13.7	34
Cuivre (mg)	1.0	0.5	50
Fluorure (mg)	2.3	1.2	34
Acide folique (µg)	167.0	85.2	43
Iode (µg)	111.0	56.6	38
Fer (mg)	13.5	6.7	49
Manganèse (mg)	1.5	0.8	39
Molybdène (µg)	33.3	17.0	34
Niacine (mg)	12.3	6.3	39
Acide pantothénique (mg)	4.3	2.2	37
Sélénium (µg)	49.0	25.0	45
Vitamine A (µg)	578.0	294.8	37
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	37
Vitamine B12 (µg)	2.1	1.1	43
Vitamine B2 (mg)	1.4	0.7	50
Vitamine B6 (mg)	1.2	0.6	44
Vitamine C (mg)	58.0	29.6	37
Vitamine D (µg)	4.3	2.2	44
Vitamine E (mg)	8.1	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	50.0	25.5	34
Zinc (mg)	8.0	4.1	41

Chocolat

Ingrédients: poudre de lait écrémé (40%), maltodextrine, graisse végétale, protéine de soja, protéine de lactosérum, Inuline, huile de soja, citrate de tri potassium, protéine de lait, aromatisant, glucose déshydraté, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, colorants : phosphate de di potassium, poudre de betterave, chlorure de calcium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, Gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine, aromatisant, lécithine de soja, édulcorant : sucralose ; antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja

Ce produit peut contenir des traces de gluten, œuf, moutarde, sulfites et céleri

Valeur nutritive	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1655	844	
Énergie kcal	393	201	
Protéines	27.5	14.0	
Glucides (g)	39.4	20.1	
(dont sucres) (g)	28.6	14.6	
Lipides (g)	12.6	6.4	

(dont saturés) (g)	5.6	2.8	
Acide linoléique (g)	3.5	1.78	
Acide alpha linoléique (g)	0.35	0.18	
Fibre (g)	6.8	3.5	
Sel (g)	1.37	0.7	
Potassium (mg)	2186	1114.9	56
Calcium (mg)	660	336.6	42
Magnésium (mg)	275	140.3	37
Phosphore (mg)	574	292.7	42
Chlorure (mg)	685	349.4	44
Biotine (µg)	36.1	18.4	37
Chrome (µg)	26.8	13.7	34
Cuivre (mg)	0.8	0.4	40
Fluorure (mg)	2.3	1.2	34
Acide folique (µg)	171.0	87.2	44
Iode (µg)	120.0	61.2	41
Fer (mg)	11.8	6.0	43
Manganèse (mg)	1.5	0.8	39
Molybdène (µg)	33.3	17.0	34
Niacine (mg)	12.4	6.3	40
Acide pantothénique (mg)	4.53	2.3	39
Sélénium (µg)	49.0	25.0	45
Vitamine A (µg)	61.0	306.5	38
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.2	1.1	45
Vitamine B2 (mg)	1.5	0.7	53
Vitamine B6 (mg)	1.2	.6	45
Vitamine C (mg)	59.0	30.1	38
Vitamine D (µg)	4.3	2.2	44
Vitamine E (mg)	8.1	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	50.0	25.5	34
Zinc (mg)	7.6	3.9	39

Fraise

Ingrédients: poudre de lait écrémé (40%), maltodextrine, graisse végétale, protéine de soja, protéine de lactosérum, Inuline, huile de soja, citrate de tri potassium, protéine de lait, aromatisant, glucose déshydraté, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, colorants : poudre de betterave, phosphate de di potassium, chlorure de calcium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, Gluconate de cuivre, Molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine), lécithine de soja, édulcorant : sucralose ; antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja

Ce produit peut contenir des traces de gluten, œuf, moutarde, sulfites et céleri

Valeur nutritive	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1655	844	

Énergie kcal	393	201	
Protéines	27.5	14.0	
Glucides (g)	39.4	20.1	
(dont sucres) (g)	28.6	14.6	
Lipides (g)	12.6	6.4	
(dont saturés) (g)	5.6	2.8	
Acide linoléique (g)	3.5	1.78	
Acide alpha linoléique (g)	0.35	0.18	
Fibre (g)	6.8	3.5	
Sel (g)	1.37	0.7	
Potassium (mg)	2186	1114.9	56
Calcium (mg)	660	336.6	42
Magnésium (mg)	275	140.3	37
Phosphore (mg)	574	292.7	42
Chlorure (mg)	685	349.4	44
Biotine (µg)	36.1	18.4	37
Chrome (µg)	26.8	13.7	34
Cuivre (mg)	0.8	0.4	40
Fluorure (mg)	2.3	1.2	34
Acide folique (µg)	171.0	87.2	44
Iode (µg)	120.0	61.2	41
Fer (mg)	11.8	6.0	43
Manganèse (mg)	1.5	0.8	39
Molybdène (µg)	33.3	17.0	34
Niacine (mg)	12.4	6.3	40
Acide pantothénique (mg)	4.53	2.3	39
Sélénium (µg)	49.0	25.0	45
Vitamine A (µg)	61.0	306.5	38
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.2	1.1	45
Vitamine B2 (mg)	1.5	0.7	53
Vitamine B6 (mg)	1.2	.6	45
Vitamine C (mg)	59.0	30.1	38
Vitamine D (µg)	4.3	2.2	44
Vitamine E (mg)	8.1	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	50.0	25.5	34
Zinc (mg)	7.6	3.9	39

Vanille

Ingrédients: poudre de lait écrémé (40%), maltodextrine, protéine de soja, protéine de lactosérum, graisse végétale, Inuline, huile de soja, citrate de tri potassium, protéine de lait, glucose déshydraté, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, chlorure de calcium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, Nicotinamide, Gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine), lécithine de soja, aromatisant, édulcorant : Sucralose ; antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja

Ce produit peut contenir des traces de gluten, œuf, moutarde, sulfites et céleri

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1671	852	
Énergie kcal	398	203	
Protéines	27.6	14.1	
Glucides (g)	39.2	20.0	
(dont sucres) (g)	28.9	14.7	
Lipides (g)	13.0	6.6	
(dont saturés) (g)	5.8	3.0	
Acide linoléique (g)	3.52	1.80	
Acide alpha linoléique (g)	0.35	0.18	
Fibre (g)	6.8	3.5	
Sel (g)	1.3	0.68	
Potassium (mg)	2189	1116.4	56
Calcium (mg)	663	338	42
Magnésium (mg)	275	140.3	37
Phosphore (mg)	567	293.8	42
Chlorure (mg)	687	350.4	44
Biotine (µg)	36.1	18.4	37
Chrome (µg)	26.8	13.7	34
Cuivre (mg)	0.78	0.4	40
Fluorure (mg)	2.3	1.2	34
Acide folique (µg)	171	87.2	44
Iode (µg)	121	61.7	41
Fer (mg)	11.8	6.0	43
Manganèse (mg)	1.54	0.8	39
Molybdène (µg)	33.3	17.0	34
Niacine (mg)	12.4	6.3	40
Acide pantothénique (mg)	4.5	2.3	39
Sélénium (µg)	49.0	25	45
Vitamine A (µg)	602	307	38
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.3	1.2	47
Vitamine B2 (mg)	1.5	0.8	54
Vitamine B6 (mg)	1.2	0.6	45
Vitamine C (mg)	59	30.1	38
Vitamine D (µg)	4.3	2.2	44
Vitamine E (mg)	8.1	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	50.0	25.5	34
Zinc (mg)	7.9	4.0	40

Soupes

Champignon

Ingrédients: poudre de lait écrémé (30%), protéine de soja, maltodextrine, protéine de lactosérum, graisse végétale, Inuline, amidon modifié de pomme de terre, huile de soja, citrate de tri potassium, protéine de lait, protéines végétales hydrolysées, aromatisant, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, champignons déshydratés (1.4%), extrait de levure, glucose déshydraté, chlorure de calcium, phosphate de Di potassium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide,

Gluconate de cuivre, Molybdate de sodium, acétate de vitamine A, Fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine), chlorure de potassium, lécithine de soja, épices, colorants : sucre caramélisé, antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja, gluten

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1629	847	
Énergie kcal	388	202	
Protéines	26.8	13.9	
Glucides (g)	38.7	20.1	
(dont sucres) (g)	23.3	12.1	
Lipides (g)	12.5	6.5	
(dont saturés) (g)	5.5	2.9	
Acide linoléique (g)	3.45	1.80	
Acide alpha linoléique (g)	0.34	0.18	
Fibre (g)	6.8	3.5	
Sel (g)	2.34	1.22	
Potassium (mg)	2035	1058	53
Calcium (mg)	532	276.6	35
Magnésium (mg)	257	133.6	36
Phosphore (mg)	470	244.4	35
Chlorure (mg)	75	366.6	46
Biotine (µg)	34	17.7	35
Chrome (µg)	26.8	13.9	35
Cuivre (mg)	0.8	0.4	43
Fluorure (mg)	2.3	1.2	35
Acide folique (µg)	169.0	87.9	44
Iode (µg)	105.0	54.6	36
Fer (mg)	12.0	6.2	44
Manganèse (mg)	1.5	0.8	40
Molybdène (µg)	33.3	17.3	35
Niacine (mg)	12.3	6.4	40
Acide pantothénique (mg)	4.2	2.2	36
Sélénium (µg)	57.0	29.6	54
Vitamine A (µg)	566	294.3	37
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	36
Vitamine B12 (µg)	2.0	1.0	42
Vitamine B2 (mg)	1.3	0.7	48
Vitamine B6 (mg)	1.2	0.6	44
Vitamine C (mg)	58.0	30.2	38
Vitamine D (µg)	4.3	2.3	45
Vitamine E (mg)	8.1	4.2	35
Vitamine K1 (µg)	50.0	26.0	35
Zinc (mg)	7.6	4.0	40

Poulet à la thaïlandaise

Ingrédients: poudre de lait écrémé (36%), protéine de soja, protéine de lactosérum, graisse végétale, Inuline, maltodextrine, huile de soja, protéines végétales hydrolysées, amidon modifié de pomme de terre, citrate de potassium, aromatisant, sirop de glucose déshydraté, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, extrait de levure, piment rouge, poudre d'oignon, phosphate de Di potassium, oxyde de magnésium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, Nicotinamide, Gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, riboflavine), chlorure de potassium, extrait d'épice, lécithine de soja, chlorure de calcium, antioxydants : E304, E307 ; poivre noir moulu, colorants : bêta-carotène.

Allergènes :

Contenu: lait, soja, gluten

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1621	843	
Énergie kcal	387	201	
Protéines	28.4	14.8	
Glucides (g)	36.0	18.7	
(dont sucres) (g)	26.6	13.8	
Lipides (g)	12.7	6.6	
(dont saturés) (g)	5.6	2.9	
Acide linoléique (g)	3.38	1.76	
Acide alpha linoléique (g)	0.34	0.18	
Fibre (g)	6.8	3.6	
Sel (g)	4.25	1.77	
Potassium (mg)	2026	1054	53
Calcium (mg)	516	268	34
Magnésium (mg)	252	131	35
Phosphore (mg)	512	266	38
Chlorure (mg)	595	309	39
Biotine (µg)	35.4	18.4	37
Chrome (µg)	26.8	13.9	35
Cuivre (mg)	0.8	0.4	40
Fluorure (mg)	2.3	1.2	35
Acide folique (µg)	168	87	44
Iode (µg)	115.0	59.8	40
Fer (mg)	11.8	6.1	44
Manganèse (mg)	1.5	0.8	40
Molybdène (µg)	33.3	17.3	35
Niacine (mg)	12.4	6.5	40
Acide pantothénique (mg)	4.4	2.3	38
Sélénium (µg)	47.0	24.4	44
Vitamine A (µg)	589.0	306.3	38
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.2	1.1	46
Vitamine B2 (mg)	1.4	0.7	52

Vitamine B6 (mg)	1.2	0.6	45
Vitamine C (mg)	59.0	30.7	38
Vitamine D (µg)	4.3	2.3	45
Vitamine E (mg)	8.1	4.2	35
Vitamine K1 (µg)	50.0	26.0	35
Zinc (mg)	7.8	4.1	41

Tomate au basilic

Ingrédients: poudre de lait écrémé (25%), poudre de tomate (15%), protéine de soja, protéine de lactosérum, graisse végétale, inuline, amidon modifié de pomme de terre, huile de soja, aromatisant, protéines végétales hydrolysées, maltodextrine, protéine de lait, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, colorants : poudre de betterave, bêta-carotène ; glucose déshydratée, extrait de levure, chlorure de calcium, poudre d'oignon, oxyde de magnésium, phosphate de di potassium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iode de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine), phosphate de calcium, épices, extrait d'épices, lécithine de soja, chlorure de potassium, basilic (0.1%), antioxydants : E304, E307.

Allergènes :

Contenu: lait, soja, gluten

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1630	864	
Énergie kcal	388	206	
Protéines	27.3	14.5	
Glucides (g)	37.7	20.0	
(dont sucres) (g)	25.9	13.7	
Lipides (g)	12.5	6.6	
(dont saturés) (g)	5.7	3.0	
Acide linoléique (g)	3.18	1.68	
Acide alpha linoléique (g)	0.31	0.17	
Fibre (g)	7.9	4.2	
Sel (g)	2.76	1.46	
Potassium (mg)	2017	1069	53
Calcium (mg)	546	289	36
Magnésium (mg)	238	126	34
Phosphore (mg)	443	238	34
Chlorure (mg)	620	329	41
Biotine (µg)	33.3	16.7	33
Chrome (µg)	36.7	13.3	33
Cuivre (mg)	0.7	0.4	37
Fluorure (mg)	2.3	1.2	33
Acide folique (µg)	133.3	66.7	33
Iode (µg)	100.0	50.0	33
Fer (mg)	10.7	5.3	38
Manganèse (mg)	1.3	0.7	33

Molybdène (µg)	33.3	16.7	33
Niacine (mg)	12.0	6.0	38
Acide pantothénique (mg)	4.0	2.0	33
Sélénium (µg)	36.7	18.3	33
Vitamine A (µg)	533.3	266.7	33
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	33
Vitamine B12 (µg)	1.7	0.8	33
Vitamine B2 (mg)	1.1	0.5	38
Vitamine B6 (mg)	1.0	0.5	38
Vitamine C (mg)	53.3	26.7	33
Vitamine D (µg)	3.3	1.7	33
Vitamine E (mg)	8.0	4.0	33
Vitamine K1 (µg)	50.0	25.0	33
Zinc (mg)	6.7	3.3	33

Végétale

Ingrédients: poudre de lait écrémé (35%), végétaux déshydratés (9.7%) (carotte, oignon, poireau, petit-pois), protéine de soja, protéine de lactosérum, graisse végétale, amidon modifié de pomme de terre, huile de soja, inuline, citrate de potassium, protéines végétales hydrolysées, maltodextrine, protéine de lait, stabilisant : carboxyméthylcellulose sodique, glucose déshydratée, extrait d'épice, chlorure de calcium, phosphate de di potassium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, gluconate de cuivre, molybdate de sodium, acétate de vitamine A, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Pantothénate de calcium, D-Biotine, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine D₃, iodure de potassium, Vitamine B₁₂, chlorhydrate de pyridoxine, Vitamine K₁, chlorhydrate de thiamine, Riboflavine), aromatisants : persil déshydraté, chlorure de potassium, lécithine de soja, épice, antioxydants : E304, E307.

Contenu: lait, soja, gluten, céleri.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, et sulfites.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1625	845	
Énergie kcal	387	201	
Protéines	28.3	14.7	
Glucides (g)	37.3	19.4	
(dont sucres) (g)	25.0	13.0	
Lipides (g)	12.3	6.4	
(dont saturés) (g)	5.5	2.9	
Acide linoléique (g)	3.25	1.69	
Acide alpha linoléique (g)	0.32	0.17	
Fibre (g)	6.7	3.5	
Sel (g)	3.28	1.71	
Potassium (mg)	2042	1062	53
Calcium (mg)	592	308	38
Magnésium (mg)	249	130	35

Phosphore (mg)	472	245	35
Chlorure (mg)	690	358	45
Biotine (µg)	35.0	18.2	36
Chrome (µg)	26.8	14.0	35
Cuivre (mg)	0.8	0.4	40
Fluorure (mg)	2.3	1.2	35
Acide folique (µg)	167.0	86.8	43
Iode (µg)	112.0	58.2	39
Fer (mg)	11.7	6.1	43
Manganèse (mg)	1.5	0.8	40
Molybdène (µg)	33.3	17.3	35
Niacine (mg)	12.3	6.4	40
Acide pantothénique (mg)	4.4	2.6	38
Sélénium (µg)	45.0	23.4	43
Vitamine A (µg)	582.0	302.6	38
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.1	1.1	44
Vitamine B2 (mg)	1.4	0.7	51
Vitamine B6 (mg)	1.2	0.6	45
Vitamine C (mg)	59.0	30.7	38
Vitamine D (µg)	4.4	2.3	45
Vitamine E (mg)	8.1	4.2	35
Vitamine K1 (µg)	50.0	26.0	35
Zinc (mg)	7.6	4.0	40

Plats préparés

Porridge aux pommes et à la cannelle

Ingrédients: avoine (27%), poudre de lait écrémé (35%), protéine de lait, protéine de soja, huile de soja raffinée, fibre d'avoine, citrate de tri potassium, graisse de palme, glucose déshydratée, citrate de magnésium, cannelle (1%), chlorure de calcium, aromatisants, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, gluconate de zinc, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, gluconate de cuivre, fluorure de sodium, monohydrate de sulfate de manganèse, D-biotine, sélénite de sodium, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine B12, acide folique, Vitamine D₃, chlorhydrate de pyridoxine, Riboflavine, mononitrate de thiamine, Vitamine K₁), régulateur d'acidité : citrate de tri sodium, caséine, triphosphate pentasodique, édulcorant : sucralose .

Contenu: lait, soja, gluten.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1587	841	
Énergie kcal	377	200	
Protéines	32.4	17.2	
Glucides (g)	32.6	17.3	
(dont sucres) (g)	15.5	8.2	
Lipides (g)	11.5	6.1	
(dont saturés) (g)	4.1	2.2	
Acide linoléique (g)	3.11	1.65	

Acide alpha linoléique (g)	0.27	0.14	
Fibre (g)	6.9	3.6	
Sel (g)	2.28	1.26	
Potassium (mg)	2055	1089	54
Calcium (mg)	756	401	50
Magnésium (mg)	259	137	37
Phosphore (mg)	533	283	40
Chlorure (mg)	542	287	36
Biotine (µg)	36.7	19.5	39
Chrome (µg)	25.2	13.3	33
Cuivre (mg)	0.9	0.5	46
Fluorure (mg)	2.2	1.2	33
Acide folique (µg)	159.8	85.7	42
Iode (µg)	134.0	71.0	47
Fer (mg)	12.0	6.3	45
Manganèse (mg)	1.5	0.8	38
Molybdène (µg)	31.5	16.7	33
Niacine (mg)	11.5	6.1	38
Acide pantothénique (mg)	3.8	2.0	34
Sélénium (µg)	73.6	39.0	71
Vitamine A (µg)	595.7	315.7	39
Vitamine B1 (mg)	0.8	0.4	38
Vitamine B12 (µg)	2.3	1.2	49
Vitamine B2 (mg)	1.4	0.8	55
Vitamine B6 (mg)	1.1	0.6	41
Vitamine C (mg)	54.1	28.7	36
Vitamine D (µg)	3.2	1.7	33
Vitamine E (mg)	7.6	4.0	33
Vitamine K1 (µg)	47.2	25.0	33
Zinc (mg)	8.7	4.6	46

Pâtes à la carbonara

Ingrédients: spaghetti au blé dur (35%), protéine de lait, maltodextrine, fibre d'endive, huile de soja, protéine de soja, poudre de fromage, citrate de potassium, graisse végétale, protéines végétales hydrolysées, extrait de levure, poudre d'oignon, amidon de pomme de terre modifié, sel, glucose déshydratée, chlorure de calcium, phosphate de potassium, sucre, ail déshydraté, phosphate de calcium, oxyde de magnésium, aromatisants, chlorure de potassium, mix de vitamines et minéraux (acide ascorbique, pyrophosphate ferrique, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, gluconate de cuivre, fluorure de sodium, sulfate de manganèse, D-Biotine, sélénite de sodium, chlorure de chrome, acide folique, Vitamine B12, acide folique, Vitamine D₃, chlorhydrate de pyridoxine, riboflavine, mononitrate de thiamine, Vitamine K₁), lécithine de soja, émulsifiant : E339, antioxydants : E304, E307, curcumine, persil déshydraté, poivre blanc.

Contenu: lait, soja, gluten, œuf.

Ce produit peut contenir des traces de moutarde, sulfites et céleri.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1569	847	

Énergie kcal	374	202	
Protéines	26.8	14.5	
Glucides (g)	36.1	19.5	
(dont sucres) (g)	5.4	2.9	
Lipides (g)	12.1	6.5	
(dont saturés) (g)	5.0	2.7	
Acide linoléique (g)	3.14	1.70	
Acide alpha linoléique (g)	0.33	0.18	
Fibre (g)	6.5	3.5	
Sel (g)	2.52	1.36	
Potassium (mg)	1968	1063	53
Calcium (mg)	772	417	52
Magnésium (mg)	262	142	38
Phosphore (mg)	449	243	35
Chlorure (mg)	1135	613	77
Biotine (µg)	315	17.0	34
Chrome (µg)	25.2	13.6	34
Cuivre (mg)	0.7	0.4	39
Fluorure (mg)	2.2	1.2	34
Acide folique (µg)	134.8	72.8	36
Iode (µg)	94.4	51.0	34
Fer (mg)	9.0	4.9	35
Manganèse (mg)	1.4	0.7	37
Molybdène (µg)	31.5	17.0	34
Niacine (mg)	11.3	6.1	38
Acide pantothénique (mg)	3.8	2.0	34
Sélénium (µg)	38.2	20.6	38
Vitamine A (µg)	503.3	271.8	34
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	34
Vitamine B12 (µg)	1.60	0.9	34
Vitamine B2 (mg)	1.0	0.6	39
Vitamine B6 (mg)	0.9	0.5	36
Vitamine C (mg)	50.3	27.2	34
Vitamine D (µg)	3.2	1.7	34
Vitamine E (mg)	7.6	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	47.2	25.5	34
Zinc (mg)	6.5	3.5	35

Flocons d'avoine (nature)

Ingrédients: poudre de lait écrémé (28%), avoine (27%), protéine de lait, protéine de soja, huile de soja raffinée, fibre d'avoine, citrate de tri potassium, glucose déshydratée, citrate de magnésium, chlorure de calcium, mix de vitamines et minéraux (vitamine C, pyrophosphate ferrique, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, sulfate de manganèse, sulfate de cuivre, D-Biotine, chlorure de chrome, iodure de potassium, Vitamine D₃, acide folique, hydrate de pyridoxine, Vitamine B12, Vitamine K₁, mononitrate de thiamine, riboflavine), caséine de sodium, citrate de sodium, triphosphate pentasodique, E451i, édulcorant : sucralose.

Contenu: lait, soja, gluten.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1585	840	
Énergie kcal	377	200	
Protéines	33.6	17.8	
Glucides (g)	32.5	17.2	
(dont sucres) (g)	16.5	8.8	
Lipides (g)	11.0	5.9	
(dont saturés) (g)	1.9	1.0	
Acide linoléique (g)	4.32	2.29	
Acide alpha linoléique (g)	0.44	0.23	
Fibre (g)	6.8	3.6	
Sel (g)	1.1	0.6	
Potassium (mg)	2080	1102	38
Calcium (mg)	778	412	38
Magnésium (mg)	262	139	38
Phosphore (mg)	573	304	38
Chlorure (mg)	559	296	37
Biotine (µg)	31.4	16.7	33
Chrome (µg)	25.2	13.3	33
Cuivre (mg)	0.7	0.4	37
Fluorure (mg)	2.2	1.2	33
Acide folique (µg)	125.8	66.7	33
Iode (µg)	94.3	50.0	33
Fer (mg)	10.1	5.3	38
Manganèse (mg)	1.3	0.7	33
Molybdène (µg)	31.4	16.7	33
Niacine (mg)	11.3	6.0	38
Acide pantothénique (mg)	3.8	2.0	33
Sélénium (µg)	34.6	18.3	33
Vitamine A (µg)	503.1	266.7	33
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	33
Vitamine B12 (µg)	1.6	0.8	33
Vitamine B2 (mg)	1.0	0.5	38
Vitamine B6 (mg)	0.9	0.5	38
Vitamine C (mg)	50.3	26.7	33
Vitamine D (µg)	3.1	1.7	33
Vitamine E (mg)	7.5	4.0	33
Vitamine K1 (µg)	47.2	25.0	33
Zinc (mg)	6.3	3.3	33

Chili aux haricots rouges

Ingrédients: farine de soja dégraissée, poudre végétal (tomate, oignon, piment rouge, ail), haricots rouges (15%), protéine de soja, amidon de maïs, huile de soja, épices (cumin, curcumine, poivre de Cayenne), citrate de potassium, maïs, graisse de palme, maltodextrine, sel, aromatisants, colorants (poudre de betterave, extrait de paprika, caramel E150d), protéine de lait, sucre, phosphate de calcium, sirop de glucose déshydratée, chlorure de calcium, phosphate de potassium, mix de vitamines et minéraux (ascorbate de sodium, pyrophosphate ferrique, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, sulfate de cuivre, fluorure de sodium, monohydrate de sulfate de manganèse, D-Biotine, sélénite de sodium, chlorure de

chrome, iodure de potassium, Vitamine B12, acide folique, Vitamine D₃, chlorhydrate de pyridoxine, riboflavine, mononitrate de thiamine, vitamine K1), oxyde de magnésium, lécithine de soja, antioxydants E304, E307.

Contenu: lait, soja.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, gluten, moutarde, sulfites et céleri.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1379	826	
Énergie kcal	338	203	
Protéines	27.9	16.7	
Glucides (g)	33.4	20.1	
(dont sucres) (g)	9.8	5.9	
Lipides (g)	8.3	5.0	
(dont saturés) (g)	2.5	1.5	
Acide linoléique (g)	2.55	1.53	
Acide alpha linoléique (g)	0.26	0.16	
Fibre (g)	8.9	5.3	
Sel (g)	2.44	1.47	
Potassium (mg)	1825	1095	55
Calcium (mg)	510	306	38
Magnésium (mg)	225	135	36
Phosphore (mg)	499	299	43
Chlorure (mg)	144	842	105
Biotine (µg)	27.8	16.7	33
Chrome (µg)	22.2	13.3	33
Cuivre (mg)	1.31	0.78	78
Fluorure (mg)	1.95	1.17	33
Acide folique (µg)	136.1	81.7	41
Iode (µg)	83.4	50.0	33
Fer (mg)	13.6	8.1	58
Manganèse (mg)	2.45	1.47	73
Molybdène (µg)	27.8	16.7	33
Niacine (mg)	10.3	6.2	39
Acide pantothénique (mg)	3.4	2.1	34
Sélénium (µg)	53.3	32.0	58
Vitamine A (µg)	444.5	266.7	33
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	35
Vitamine B12 (µg)	1.4	0.8	33
Vitamine B2 (mg)	0.9	0.5	39
Vitamine B6 (mg)	0.9	0.5	39
Vitamine C (mg)	46.1	27.7	35
Vitamine D (µg)	2.8	1.7	33
Vitamine E (mg)	6.8	4.1	34
Vitamine K1 (µg)	41.7	25.0	33
Zinc (mg)	7.4	4.4	44

Hachis Parmentier de mouton (Shepherd's pie)

Ingrédients: pomme de terre déshydratée (26%) (pomme de terre E471, E450i, E330, E320, extrait d'épice), farine de soja dégraissée, protéine de soja, graisse de palme, citrate de potassium, concentré de protéine de lait, oignon

déshydraté, huile de soja, haricots déshydratés, aromatisants, maltodextrine, protéines végétales hydrolysées (dérivées du blé), protéine de lait, sirop de glucose déshydratée, amidon de maïs modifié, poudre d'oignon, extrait de levure, colorants : caramel d'ammoniac ; chlorure de calcium, oligofructose, phosphate de calcium, phosphate de potassium, poudre de caramel, sauge, sel, oxyde de magnésium, sucre, mix de vitamines et minéraux (ascorbate de sodium, pyrophosphate ferrique, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, sulfate de cuivre, fluorure de sodium, monohydrate de sulfate de manganèse, D-Biotine, sélénite de sodium, chlorure de chrome, iodure de potassium, Vitamine B12, acide folique, Vitamine D₃, chlorhydrate de pyridoxine, riboflavine, mononitrate de thiamine, vitamine K1), romarin, persil, lécithine de soja, antioxydants E304, E307.

Contenu: lait, soja, gluten.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, sulfites et céleri.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1596	846	
Énergie kcal	379	201	
Protéines	32	17	
Glucides (g)	35.8	19	
(dont sucres) (g)	7.6	4	
Lipides (g)	10.6	5.6	
(dont saturés) (g)	4.5	2.4	
Acide linoléique (g)	2.86	1.51	
Acide alpha linoléique (g)	0.27	0.14	
Fibre (g)	6.5	3.4	
Sel (g)	1.94	1.03	
Potassium (mg)	2179	1155	58
Calcium (mg)	647	343	43
Magnésium (mg)	247	131	35
Phosphore (mg)	526	279	40
Chlorure (mg)	589	312	39
Biotine (µg)	31.5	16.7	33
Chrome (µg)	25.2	13.3	33
Cuivre (mg)	1.3	0.7	67
Fluorure (mg)	2.2	1.2	33
Acide folique (µg)	152.2	80.7	40
Iode (µg)	94.4	50.0	33
Fer (mg)	13.7	7.2	52
Manganèse (mg)	2.2	1.2	58
Molybdène (µg)	31.5	16.7	33
Niacine (mg)	11.3	6.0	38
Acide pantothénique (mg)	3.8	2.0	34
Sélénium (µg)	86.8	46.0	84
Vitamine A (µg)	503.3	266.7	33
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	33
Vitamine B12 (µg)	1.6	0.8	33
Vitamine B2 (mg)	1.0	0.5	39
Vitamine B6 (mg)	0.9	0.5	36
Vitamine C (mg)	50.3	26.7	33
Vitamine D (µg)	3.2	1.7	33
Vitamine E (mg)	7.6	4.0	33

Vitamine K1 (µg)	47.2	25.0	33
Zinc (mg)	7.6	4.0	46

Spaghetti à la Bolognaise

Ingrédients: farine de soja dégraissée, spaghetti au blé dur (22%), protéine de soja, tomate déshydratée, huile de soja, oignon déshydraté, graisse de palme, citrate de potassium, ail déshydraté, maltodextrine, oligofructose, sel, protéine de lait, colorants : caramel d'ammoniac, betterave rouge ; sucre, glucose déshydratée, carotte déshydratée, phosphate de calcium, aromatisants, céleri, chlorure de calcium, mix de vitamines et minéraux : ascorbate de sodium, pyrophosphate ferrique, vitamine E, nicotinamide, molybdate de sodium, oxyde de zinc, acétate de vitamine A, D-Pantothénate de calcium, sulfate de cuivre, fluorure de sodium, monohydrate de sulfate de manganèse, D-Biotine, sélénite de sodium, chlorure de chrome, iodure de potassium, Vitamine B12, acide folique, Vitamine D₃, chlorhydrate de pyridoxine, riboflavine, mononitrate de thiamine, vitamine K1), oxyde de magnésium, paprika, origan, phosphate de potassium, romarin, lécithine de soja, antioxydants E304, E307.

Contenu: lait, soja, gluten, céleri.

Ce produit peut contenir des traces d'œuf, moutarde, et sulfites.

Composition nutritionnelle	Pour 100g	Pour 51g	% AJR/dosage
Énergie kJ	1545	850	
Énergie kcal	367	202	
Protéines	30.9	17	
Glucides (g)	36.4	20	
(dont sucres) (g)	8.8	4.8	
Lipides (g)	8.9	4.9	
(dont saturés) (g)	3.2	1.7	
Acide linoléique (g)	2.79	1.54	
Acide alpha linoléique (g)	0.28	0.15	
Fibre (g)	9.1	5	
Sel (g)	2.28	1.26	
Potassium (mg)	1939	1067	53
Calcium (mg)	494	272	34
Magnésium (mg)	246	145	39
Phosphore (mg)	482	265	38
Chlorure (mg)	1387	763	95
Biotine (µg)	30.3	16.7	33
Chrome (µg)	24.3	13.3	33
Cuivre (mg)	1.4	0.8	77
Fluorure (mg)	2.1	1.2	33
Acide folique (µg)	143.1	78.7	39
Iode (µg)	90.9	50.0	33
Fer (mg)	14.4	7.9	57
Manganèse (mg)	2.7	1.5	73
Molybdène (µg)	30.3	16.7	33
Niacine (mg)	10.9	6.0	38
Acide pantothénique (mg)	3.7	2.0	34
Sélénium (µg)	63.6	35.0	64
Vitamine A (µg)	485	266.7	33
Vitamine B1 (mg)	0.7	0.4	34

Vitamine B12 (µg)	1.5	0.8	33
Vitamine B2 (mg)	1	0.5	39
Vitamine B6 (mg)	1	0.5	37
Vitamine C (mg)	50.3	26.7	35
Vitamine D (µg)	3	1.7	33
Vitamine E (mg)	7.3	4.0	33
Vitamine K1 (µg)	45.5	25.0	33
Zinc (mg)	7.9	4.3	43