

Petit déjeuner diététique au CAO

Ingrédients : Sucre de canne non raffiné, cacao maigre en poudre non solubilisé (21%), lait écrémé, germe de blé, levure alimentaire, levure lactique, algues marines F.A.L.® (0,20 %)(Fucus, Ascophyllum, Laminaria).

Allergènes : lait, blé, traces éventuelles d'arachide.

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g de Supplex Cao		Pour 40 g** de Supplex Cao + 200 ml de lait demi-écrémé		Rôle et contribution pour l'organisme	
Valeur Energétique	1 515 kJ 357 kcal		996 kJ 235 kcal		
Protéines	15,69 g		12,68 g		
Lipides totaux	3,05 g		4,42 g		
dont saturés	1,81 g		2,62 g		
insaturés	1,23 g		1,45 g		
Glucides	66,78 g		35,91 g		
dont sucres ***	63,82 g		34,61 g		
Fibres alimentaires	9,39 g		3,76 g		
Sodium	0,107 g		0,13 g		
Vitamines		% des AJR*		% des AJR*	Métabolisme de l'énergie
B1	0,53 mg	38 %	0,31 mg	22 %	
B2	0,59 mg	37 %	0,57 mg	36 %	
B12	1,53 µg	153 %	1,07 µg	107 %	
Minéraux et Oligo-éléments					
Phosphore	427 mg	53 %	341 mg	43 %	Capital osseux Fonctionnement neuromusculaire Capital osseux Formation des globules rouges
Magnésium	166 mg	55 %	86 mg	29 %	
Calcium	336 mg	42 %	362 mg	45 %	
Fer	26 mg	187 %	11 mg	76 %	
Zinc	3,1 mg	21 %	1,24 mg	8 %	

*AJR : Apports journaliers recommandés.

**Cette portion réalisée pour un bol de chocolat est variable en fonction des goûts et du besoin de chacun.

***Sucres : saccharose, lactose, maltose.

Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière
www.mangerbouger.fr