

### Valeurs nutritionnelles moyennes

	Pour 100 g	Par portion <sup>1</sup>	% des AR <sup>2</sup> par portion <sup>1</sup>
Énergie	1732 kJ/ 414 kcal	400 kcal	20,0%
Lipides	13,9 g	13,5 g	19,2%
dont acides gras saturés	3,0 g	2,9 g	14,3%
dont TCM <sup>3</sup>	1,0 g	1,0 g	-
dont acides gras mono-insaturés	5,7 g	5,5 g	-
dont acides gras poly-insaturés	3,7 g	3,6 g	-
dont oméga 6	2,1 g	2,0 g	-
dont oméga 3	2,0 g	1,9 g	-
Glucides	49,7 g	47,9 g	18,4%
dont sucres	8,7 g	8,4 g	9,4%
Fibres alimentaires	6,6 g	6,4 g	-
Protéines	20,0 g	19,3 g	38,7%
Sel	1,0 g	0,9 g	15,5%

### Vitamines

	Par portion <sup>1</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>1</sup>
Vitamine A	106,0 µg	14,1%
Vitamine B1	602,4 µg	75,3%
Vitamine B2	422,2 µg	26,4%
Vitamine B3	3,2 mg	22,7%
Vitamine B5	1,2 mg	24,4%
Vitamine B6	625,7 µg	36,8%
Vitamine B8	10,2 mg	25,5%
Vitamine B9	115,6 µg	35,0%
Vitamine B12	1,7 µg	42,5%
Vitamine C	45,7 mg	40,1%
Vitamine D	2,3 µg	15,1%
Vitamine E	4,5 mg	34,7%
Vitamine K (K1+K2)	12,3 µg	22,8%

### Minéraux

	Par portion <sup>1</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>1</sup>
Magnésium	129,6 mg	37,0%
Calcium	359,1 mg	37,8%
Fer	6,1 mg	55,7%
Sodium	372,6 mg	15,5%
Zinc	2,9 mg	28,7%
Cuivre	441,1 µg	27,6%
Iode	42,1 µg	28,1%
Phosphore	385,1 mg	70,0%
Sélénium	10,5 µg	15,0%
Chrome	6,4 µg	16,1%
Manganèse	2,4 mg	80,5%
Chlorure	561,4 mg	70,2%

### Acides aminés

	Par portion <sup>1</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>1</sup>
Isoleucine	0,9 g	62,8%
Leucine	1,7 g	61,6%
Lysine	1,2 g	57,2%
Méthionine et cystéine	0,7 g	67,1%
Phénylalanine et tyrosine	1,7 g	97,6%
Thréonine	0,8 g	72,1%
Tryptophane	0,2 g	77,9%
Valine	1,1 g	57,5%
Histidine	0,5 g	67,9%

<sup>1</sup> Une portion = 96 g de Vitaline

<sup>2</sup> Apports de Référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal / jour)

<sup>3</sup> TCM = triglycérides à chaîne moyenne

<sup>4</sup> Valeurs Nutritionnelles de Référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal / jour)

### Nos Ingrédients

Flocons d'avoine\* (sans gluten), lin jaune\*, farine de sarrasin\*, protéines de **lait**\* (origine : Suisse), sirop de manioc non raffiné\*, mélange d'huiles\* en poudre (tournesol oléique\*, colza\*, lin\* ; support : sirop de manioc non raffiné\*, fibres d'acacia\* ; antioxydant : extrait naturel de romarin\*), agave\*, **amandes** complètes\* 3,5%, lait de coco\*, protéines de pois\*, maca\*, sel de Guérande, arôme naturel, baies d'açaï\*, lithothamne, acérola\*, moringa\*, carottes\*, roucou\*, son de riz\*, feuilles de curry\*, basilic\*, citrons\*, épinards\*, persil\*, amla\*, thé vert\*, shiitake\*, lichens\*, spiruline\*, antioxydant : extrait naturel de romarin\*.

\* Ingrédients issus de l'agriculture biologique.

Peut contenir des traces de noix.

