

Valeurs nutritionnelles moyennes

	Pour 100 g	Par barre ¹	Par portion ²	% des AR ³ par portion ²
Énergie	1657 kJ/ 396 kcal	200 kcal	400 kcal	20,0%
Lipides	13,9 g	7,1 g	14,2 g	20,2%
dont acides gras saturés	1,5 g	0,8 g	1,6 g	7,8%
dont acides gras mono-insaturés	4,3 g	2,2 g	4,4 g	-
dont acides gras poly-insaturés	6,2 g	3,1 g	6,2 g	-
dont oméga 6	3,5 g	1,8 g	3,6 g	-
dont oméga 3	2,2 g	1,1 g	2,2 g	-
Glucides	42,8 g	21,8 g	43,6 g	16,8%
dont sucres	16,4 g	8,3 g	16,6 g	18,6%
Fibres alimentaires	11,1 g	5,7 g	11,4 g	-
Protéines	15,3 g	7,8 g	15,6 g	31,2%
Sel	0,2 g	0,1 g	0,2 g	4,2%

Vitamines

	Par portion ²	% des VNR ⁴ par portion ²
Vitamine A	120,0 µg	15,0%
Vitamine B1	605,9 µg	55,1%
Vitamine B2	501,2 µg	35,8%
Vitamine B3	3,7 mg	23,2%
Vitamine B5	1 mg	16,4%
Vitamine B6	640,3 µg	45,7%
Vitamine B9	118,4 µg	59,2%
Vitamine B12	0,6 µg	25,6%
Vitamine C	51,2 mg	64%
Vitamine D (D2)	2,5 µg	49,1%
Vitamine E	4,1 mg	34,5%
Vitamine K (K1+K2)	18,7 µg	26,7%

Minéraux

	Par portion ²	% des VNR ⁴ par portion ²
Magnésium	168,6 mg	45%
Calcium	236,4 mg	29,6%
Potassium	523,6 mg	26,2%
Fer	6,2 mg	44,4%
Zinc	3 mg	30,1%
Cuivre	511,9 µg	51,2%
Iode	59,5 µg	39,6%
Phosphore	337,4 mg	48,2%
Chrome	6,5 µg	16,3%
Manganèse	2,3 mg	75%
Molybdène	18,3 µg	36,7%

Acides aminés

	Par portion ²	% des VNR ⁴ par portion ²
Isoleucine	0,4 g	29,1%
Leucine	0,8 g	29,8%
Lysine	0,56 g	27,2%
Méthionine et cystéine	0,37 g	35,9%
Phénylalanine et tyrosine	0,84 g	48,9%
Thréonine	0,41 g	40%
Tryptophane	0,09 g	36%
Valine	0,52 g	27,3%
Histidine	0,26 g	38,1%

¹ Une barre = 51 g

² Une portion = 2 barres

³ Apports de Référence pour un adulte-type (8400 kJ/2000 kcal / jour)

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



Nos Ingrédients

Céréales, noix et graines 52% (flocons d'avoine* sans gluten, amandes*, graines de chanvre*, lin*, sarrasin*, millet soufflé*, graines de chia*, graines de courge*), banane* 11%, sirop de riz et d'orge malté non raffiné*, sirop d'agave*, protéines de pois*, glycérine végétale*, fibres d'acacia*, maca*, lithothamne, sel de Guérande, acérola*, moringa*, roucou*, son de riz*, feuilles de curry*, basilic*, citrons*, épinards*, persil*, amla*, thé vert*, shiitake*, lichens*, extrait de pépins de raisin*

* Ingrédients issus de l'agriculture biologique.

Peut contenir des traces de lait et de gluten.

