

Valeurs nutritionnelles moyennes

	Pour 100 g	Par barre <sup>1</sup>	Par portion <sup>2</sup>	% des AR <sup>3</sup> par portion <sup>2</sup>
Énergie	1607 kJ/ 384 kcal	200 kcal	400 kcal	20,0%
Lipides	13,2 g	7,2 g	14,5 g	20,7%
dont acides gras saturés	2,3 g	1,2 g	2,4 g	12,0%
dont acides gras mono-insaturés	5,2 g	2,7 g	5,4 g	-
dont acides gras poly-insaturés	5,2 g	2,7 g	5,4 g	-
dont oméga 6	2,9 g	1,5 g	3,0 g	-
dont oméga 3	1,9 g	1,0 g	2,0 g	-
Glucides	45,1 g	23,5 g	47,0 g	18,1%
dont sucres	12,8 g	6,7 g	13,4 g	14,9%
Fibres alimentaires	11,9 g	6,2 g	12,4 g	-
Protéines	16,4 g	8,6 g	17,2 g	34,3%
Sel	0,3 g	0,2 g	0,3 g	5,5%

Vitamines

	Par portion <sup>2</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>2</sup>
Vitamine A	108,6 µg	14,8%
Vitamine B1	652,5 µg	81,6%
Vitamine B2	505,5 µg	31,6%
Vitamine B3	3,6 mg	26,0%
Vitamine B5	1,2 mg	24,3%
Vitamine B6	623,2 µg	36,7%
Vitamine B9	125,7 µg	38,1%
Vitamine B12	0,6 µg	16,0%
Vitamine C	52,5 mg	47,7%
Vitamine D (D2)	2,4 µg	16,0%
Vitamine E	4,1 mg	31,8%
Vitamine K (K1+K2)	19,4 µg	27,7%

Minéraux

	Par portion <sup>2</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>2</sup>
Magnésium	164,0 mg	50,6%
Calcium	279,0 mg	29,4%
Potassium	561,4 mg	16,0%
Fer	8,6 mg	78,0%
Zinc	3,3 mg	32,5%
Cuivre	667,0 mg	41,7%
Iode	62,7 mg	41,8%
Phosphore	339,6 mg	61,7%
Chrome	6,7 mg	16,7%
Manganèse	2,4 mg	81,5%
Molybdène	19,5 mg	29,9%

Acides aminés

	Par portion <sup>2</sup>	% des VNR <sup>4</sup> par portion <sup>2</sup>
Isoleucine	0,48 g	34,3%
Leucine	0,96 g	35,3%
Lysine	0,66 g	31,5%
Méthionine et cystéine	0,45 g	43,1%
Phénylalanine et tyrosine	1,01 g	57,7%
Thréonine	0,49 g	46,8%
Tryptophane	0,12 g	42,8%
Valine	0,64 g	32,5%
Histidine	0,31 g	44,5%

<sup>1</sup> Une barre = 52 g

<sup>2</sup> Une portion = 2 barres

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

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

**PILOT PROGRAM**

Nos Ingrédients

Flocons d'avoine\* (sans gluten), sirop de riz\* et d'orge\* malté non raffiné, **amandes\*** (9%), lin jaune\*, sarrasin\*, protéines de pois\*, fibres d'acacia\*, cacao\* (4%), lin brun\*, riz soufflé\* (3%), graines de courge\*, pépites de chocolat noir\* (3%) (masse de cacao\*, sucre de canne blond\*, beurre de cacao\*, extrait de vanille\*), graines de chia\*, maca\*, lithothamne, sel de Guérande, acérola\*, moringa\*, roucou\*, son de riz\*, feuilles de curry\*, basilic\*, citrons\*, épinards\*, persil\*, amia\*, thé vert\*, shiitake\*, lichens\*.

\* Ingrédients issus de l'agriculture biologique.

Peut contenir des traces de lait et de gluten.

