

VALEURS NUTRITIONNELLES

	Madeleine longue riche en protéines	
	Pour 100 g	Pour 1 madeleine (20 g)
Energie kJ/ Kcal	1547/369	309/74
Matières grasses (g)	13	2,6
<i>dont acides gras saturés</i>	2	0,4
<i>dont acides gras polyinsaturés</i>	3,1	0,62
Glucides (g)	45,9	9,2
<i>dont sucres</i>	30	6
<i>dont polyols</i>	5	1
Fibres alimentaires (g)	0,5	0,1
Protéines (g)	19,4	3,9
Sel (g)	0,85	0,17
Mg (mg)	54	10,8
P (mg)	290	58
Ca (mg)	440	88
Fe (mg)	3,2	0,6
Zn (mg)	3,2	0,6
Se (µg)	15	3,0
Vitamine D (µg)	7,1	1,42
Vitamine B1 (mg)	0,49	0,01
Vitamine B2 (mg)	1,3	0,26
Vitamine B6 (mg)	0,75	0,15
Vitamine B9 (µg)	130	26
Vitamine B12 (µg)	1,8	0,4

MAJ : Février 2018