

VALEURS NUTRITIONNELLES

	Pain G-Nutrition®		Pain G-nutrition® pépites	
	Pour 100 g	Pain 65 g	Pour 100 g	Pain 65 g
Énergie kJ/ Kcal	1258/301	810/196	1305/311	848/202
Matières grasses (g)	12	8,0	12	7,5
% AET	36,77%	36,77%	33,6%	33,6%
<i>dont acides gras saturés</i>	4,4	2,9	4,8	3,1
<i>dont acides gras mono-insaturés</i>	-	-	3,8	2,5
<i>dont acides gras polyinsaturés</i>	2,9	1,9	1,9	1,2
Glucides (g)	23	15	34	22
%AET	30,56%	30,56%	43,34%	43,34%
<i>dont sucres</i>	6,8	4,4	10	6,7
Fibres alimentaires (g)	7,8	5,1	6,4	4,2
Protéines (g)	21	13	21	14
%AET	27,37%	27,37%	27,26%	27,26
Sel (g)	1,4	0,90	1,1	0,70
Mg (mg)	72,3	47,0	76,0	49,4
P (mg)	184	120	184	120
K (mg)	147	95,6	202	131,3
Ca (mg)	522	339	515	335
Fe (mg)	4,0	2,6	4,7	3,1
Zn (mg)	4,4	2,9	4,0	2,6
Se (µg)	18,5	12,0	18,5	12,0
Vitamine D (µg)	7,6	4,9	5,9	3,9
Thiamine (mg)	0,88	0,57	0,88	0,57
Riboflavine (mg)	1,4	0,89	1,5	0,95
Vitamine B6 (mg)	1,1	0,69	1,2	0,77
Acide folique (µg)	168	109	202	131
Vitamine B12 (µg)	1,94	1,26	2,81	1,83

MAJ : Mai 2019