



Le guide pour un challenge stylé et efficace !

LES CLÉS POUR UN SUPER CHALLENGE !

Les pouvoirs du Smart Meal ————— Page 4

La méthode ! ————— Page 6

Les “Open Foods” ————— Page 8

Les 6 règles pour rester au top ! ————— Page 10

NOS CONSEILS PRATIQUES !

Le Smart Meal ————— Page 12

Guide des températures ————— Page 13

Comment préparer... Les sucrés ? ————— Page 14

Comment préparer... Les frappés ? ————— Page 15

Comment préparer... Les veloutés tout chauds ? ————— Page 16

Comment préparer... Les plats chauds ? ————— Page 17

Hydratez-vous ! ————— Page 18

Cuisiner les berlingots ? ————— Page 20

Le SmartFood Club ————— Page 22

Informations nutritionnelles ————— Page 24

HELLO !

Si c'est votre premier Challenge So Shape, bienvenue dans la team ! Pour les fidèles Shapers, on espère que vous allez bien depuis la dernière fois. ;)

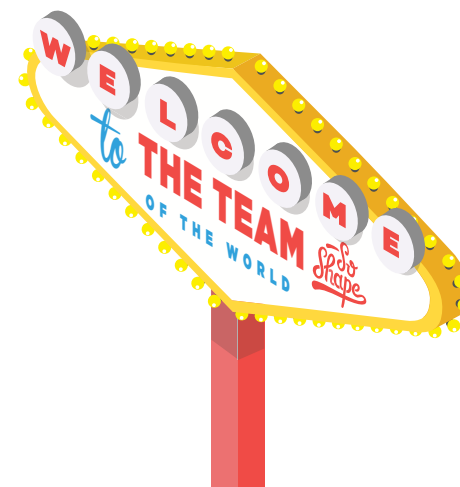
Conservez bien ce petit guide car il va vous être utile tout au long de votre challenge. Vous y trouverez les conseils de préparation (soyez bien attentifs : c'est différent selon les saveurs), les détails de la méthode pour que votre challenge se passe au mieux, la liste des “open foods” en illimité, des petits conseils, et plein d'autres astuces pour un challenge réussi !

Il est très important de suivre nos recommandations ! Si vous avez des questions (même les plus bizarres), des idées, ou que vous voulez juste nous dire comment vous allez, n'hésitez pas à nous contacter par mail à l'adresse suivante : hello@soshape.com - Notre team se fera une joie de vous répondre !

N'hésitez pas à utiliser le #SoShape sur les réseaux sociaux pour partager vos expériences avec les autres shapers ; l'émulation reste l'une des clefs du succès ! Déjà + de 100 000 hashtags partagés sur Instagram ! A l'issue de votre challenge, on reste avec vous avec le Smart Food Club ! Tous vos aliments gourmands 100% plaisir 0% culpabilité.

Excellent Challenge,

La Team So Shape



LES POUVOIRS DU SMART MEAL

Les Smart Meals, c'est l'équivalent d'un repas complet, sans les calories en trop ! Le droit européen impose des critères stricts à respecter, mais So Shape va au delà

pour s'adapter aux personnes dynamiques qui ont besoin d'énergie et de maintenir leur masse musculaire !



Végétarien



Sans conservateurs



100% français



Sans OGM



Sans gluten*



*Sauf Pasta Indian Curry, Pasta Spicy Bolo, Pasta Pesto & Pasta fromage

EFFETS IMMÉDIATS



BOOSTEZ VOTRE ÉNERGIE.

Les vitamines C, B2, B3, B6, B5, B9, B12, Fer et Magnésium contribuent à réduire la fatigue.



SENTEZ-VOUS PLUS LÉGER.

Les fibres végétales, en grande quantité, apportent un réel confort intérieur. Le fameux « ventre plat du matin » si agréable, mais tout le temps !



TONIFIEZ VOS MUSCLES.

Les 20g de protéines à chaque smart meal offrent l'éventail complet de tous les acides aminés y compris les essentiels et les fameux BCAA* pour un maintien et un développement optimal de la masse musculaire.

*BCAA : "Branched Chain Amino Acids" = acides aminés à chaîne ramifiée

EFFETS SUR LE LONG TERME



RÉGULEZ VOTRE MÉTABOLISME.

Un apport suffisant en chrome permet d'optimiser l'assimilation des sucres et des graisses contenus dans nos repas. Le chrome contribue au maintien d'une glycémie normale et au métabolisme normal des macronutriments.



BOOSTEZ VOTRE SYSTÈME IMMUNITAIRE.

Les vitamines A, B9, B6, B12, C, D, Zinc, Cuivre, Sélénium et Fer contribuent au fonctionnement normal du système immunitaire.



DÉTOXIFIEZ VOUS.

Vitamines C, E, B2, Sélénium, Zinc, Cuivre et Manganèse permettent de protéger les cellules du stress oxydatif. L'extrait de thé vert naturel concentré en EGCG est un puissant antioxydant végétal. Il empêche les radicaux libres d'endommager nos tissus, et de les faire vieillir prématurément.



PROTEGEZ VOTRE COEUR.

Non-saturés, les oméga 3 et 6 sont de bonnes graisses qui protègent votre cœur, vos artères, et régulent votre taux de cholestérol. Alors que l'alimentation occidentale fournit trop d'oméga 6 par rapport aux oméga 3, nos produits en apportent une juste proportion pour une assimilation parfaite. De source végétale, ils proviennent des graines de lin croquantes que l'on retrouve parfois au fond de son shaker.

LA MÉTHODE !

Notre règle d'or : mincir sans se prendre la tête ! La méthode So Shape c'est un Smart meal le matin, un autre le soir et un déjeuner totalement libre. C'est tout ! On ne va pas se mentir : c'est l'une des seules méthodes validées par le droit européen.



Un Smart Meal le matin

Par exemple une boisson chaude ou froide pour faire le plein de nutriments avant de commencer la journée.



Déjeuner totalement libre le midi !

Dans la limite du raisonnable ;) Trouvez l'inspiration sur notre page Facebook et notre compte Instagram !



Un Smart Meal le soir

Soupes chaudes, pâtes, risotto... Changez votre nutrition sans changer vos habitudes.

PAS D'INTERDIT

Rien n'est interdit au moment du déjeuner, vous pouvez manger sans vous soucier de rien et profiter du moment avec vos collègues ou vos proches. Pas trop de folies cependant, gardez des quantités raisonnables et privilégiez le plus souvent possible, ne serait-ce que pour prendre de bonnes habitudes, des choix sains à base de protéines et de légumes.

QU'EST-CE QUE JE BOIS ?

Évitez les sodas sucrés ! Privilégiez les boissons zéro calorie et surtout l'EAU ! Le café et le thé sont autorisés, mais sans sucre ! Pour vous hydrater de façon originale n'oubliez pas la fonction DETOX WATER du shaker ;) (voir page 18)

SOS DÎNER À L'EXTÉRIEUR !

Il y a des événements qu'on ne peut pas manquer ! Loin de nous l'idée de vous empêcher de profiter de vos sorties. Vous pouvez dans ce cas inverser le Smart Meal du soir avec celui du midi, à condition de

prendre un berlingot supplémentaire à 17h. Mais attention : cette astuce est à utiliser avec modération pour un résultat optimal !

JE FAIS DU SPORT !

Pendant le challenge So Shape, une activité de renforcement musculaire est tout à fait possible, ainsi qu'une activité cardio modérée, c'est à dire une activité à faire chez soi ou un jogging sympa, mais pas 10 km par jour en haute intensité, par exemple. Attention, la balance risque de vous surprendre.

Le muscle prend moins de place que le gras ! Si vous avez bien conscience de cela et que vous avez envie d'associer du sport au challenge, foncez ! Mais si vous manquez de temps et de motivation, concentrez vous sur la nutrition. C'est ce qui donne un maximum de résultat pour le minimum d'effort. Vous pouvez donc mincir et perdre en masse grasseuse tout en gardant le même poids en développant vos petits muscles !



LES OPEN FOODS

Encore une petite faim avec le smart meal ? Un petit creux dans la journée ? On a sélectionné toute une liste d'ingrédients à consommer sans culpabilité, surtout lors des 3 premiers jours, qui peuvent être parfois un peu difficiles.



LES BONNES SOURCES DE PROTÉINES

Fromage blanc 0%	Poisson blanc	Blanc de dinde	Blanc de poulet
Blanc d'œuf	Crevettes	Petits suisses 0% mg	Gambas
Thon au naturel	Carré Frais 0% mg	Dessert Soja Nature	Lait de Soja
Tofu			



LES LÉGUMES

Poivrons	Champignons	Brocolis	Salade verte
Concombres	Fenouil	Celeri	Endives
Radis	Coeurs de palmier	Tomates	Choux Fleur
Choux blanc	Courgettes	Haricots verts	Epinards
Cornichons/Câpres	Asperges	Poireaux	Aubergine



LES ASSAISONNEMENTS

Jus de citron	Vinaigre	Herbes aromatiques	Epices
---------------	----------	--------------------	--------

Epices conseillées : Paprika pour le velouté de tomates, curry et poivre pour la soupe du jardin.

Mais au fait... Pourquoi pas de fruits ?

Parce qu'ils sont certes très sains et naturels, mais un peu trop sucrés pour être consommés en illimité à côté des berlingots. En revanche, à midi pendant le challenge ou pour maintenir votre poids par la suite, c'est permis (mais toujours pas en illimité, petits coquins).



LES PRODUITS SMART FOOD

Smart Muesli fruits rouges	Smart Muesli chocolat	Smart Muffin chocolat	Smart Muffin vanille
Smart Mug Cake	Smart Pépites	Smart Pancakes	



La Smart Food : Pensez-y !

Restez en forme sur le long terme en transformant tous vos moments gourmands en nutrition ZÉRO culpabilité ! On préfère vous donner des solutions concrètes que des conseils impossibles à tenir ! La Smart Food est Open Food car sans sucre, sans gras, mais enrichie en

fibres et protéines ! C'est une nutrition maline qui est consistante et nourrissante ! Vous pouvez même vous abonner pour en recevoir tous les mois chez vous. C'est sans engagement ! Rendez-vous à la page 22 pour en savoir plus !

LES 6 RÈGLES POUR RESTER AU TOP !

Pour maintenir ses résultats et garder un corps sain, il y a quelques habitudes à prendre.



1. Mangez des protéines dans la plupart de vos repas.

Surtout... au petit déjeuner. Ainsi, pas de fringale à 10h grâce à leur pouvoir rassasiant. Les protéines ne se trouvent pas que dans la viande ! La Smart Food So Shape est là pour ça !

2. Dissociez l'ennui et l'envie de manger.

Quand vous mangez, prenez une pause, sinon votre cerveau n'a pas eu le temps de comprendre que vous mangiez, et vous aurez encore plus faim par la suite. D'autre part, quand vous réduisez votre apport calorique sur une période donnée, consacrez-vous à un autre projet ! Votre pire ennemi est l'ennui !

3. Ne buvez pas vos calories.

Les sodas light, zéro, ou même de l'eau gazeuse avec une rondelle de citron sont de bons choix. Mais de manière générale, buvez beaucoup d'eau. Ça semble ennuyeux comme ça, mais on vous a facilité la tâche avec le Detox Water ! (page19)

4. Méfiez vous du cercle infernal du sucre.

Un pain au chocolat, une barre sucrée, c'est la garantie d'avoir encore plus envie de sucre, et donc encore plus envie de manger. Voyez les aliments sucrés comme des aimants qui provoqueront chez vous une envie irrésistible d'en avoir encore plus. Et oui, c'est comme ça que le corps est fait ! Là aussi, un petit Smart Pancake, So Shape c'est parfait.

5. Ne faites pas entrer l'ennemi à la maison.

Ne faites pas les courses le ventre vide... vous ferez ainsi des choix plus sains et éviterez de créer une tentation quotidienne en remplissant votre placard de sucreries !

6. Ne vous pesez pas tous les jours, et soyez connecté !

Être au top, c'est surtout perdre de la masse grasseuse ! Vos muscles étant plus «denses» que le gras, vous pouvez conserver le même poids tout en vous affinant ! De plus, les chiffres peuvent varier à un rythme aléatoire, sans que vous sachiez pourquoi. Un bilan hebdomadaire est donc un bien meilleur moyen de constater vos progrès. Enfin, n'hésitez pas à vous procurer une balance connectée, qui saura vous dire si vous avez perdu de la masse grasseuse.



Et en cas d'excès, quelques jours de So Shape pour rattraper les dégâts feront le travail !

LE SMART MEAL

Vous avez bien compris : le Smart Meal permet d'éviter les carences grâce à sa richesse en nutriments !

Voici un exemple de repas équivalent au berlingot :

4 oranges ou citrons

pour les vitamines et minéraux, **mais sans le sucre !**

Une cuisse de poulet

pour les protéines, **sans mauvaises graisses ni cholestérol !**

2 barquettes de champignons

pour les fibres, mais **sans avoir à les cueillir !**

1/2 avocat

pour les oméga 6 & 3 et les vitamines **sans le gras !**



CHAUD OU FROID ?



À consommer glacé

À consommer avec quelques glaçons, c'est parfait. On insiste vraiment là dessus car vous risquez de ne pas aimer !



À consommer très frais

Avec de l'eau très froide, mais surtout pas tiède, car votre Smart Meal risque d'être écoeurant.



À boire bien chaud

À chauffer au micro-ondes, c'est super simple. On vous explique tout à la page 16 !



À manger bien chaud

On vous explique tout à la page 17 !

Framboise Frappée	Glace Menthe Choco	Cheesecake Citron	Chocolat	Velouté de Tomates	Stracciatella
Cappuccino	Spéculoos	Indian Curry	Cookies & Cream	Soupe du Jardin	Caramel Beurre Salé
Risotto Champignons	Spicy Bolo	Noisette	Vanille & Chocolat Blanc	Brownie	Pasta pesto
Pasta fromage	Coco Choco	Tarte aux Fraises			

LES SUCRÉS

SO SWEET !



À consommer bien fraîches ou même chaudes selon vos préférences, les saveurs sucrées sont parfaites pour démarrer la journée ou au goûter pour limiter votre faim lorsque vous mangez dehors le soir ! Ici dans la team, on préfère les berlingots bien glacés, n'hésitez pas à mettre de l'eau au frigo à l'avance, et même à y

ajouter quelques glaçons (comme pour les frappés) ! Pour éviter les grumeaux dans votre préparation, pensez à ajouter de l'eau bien froide ! Cela facilite le mélange. Vous n'avez pas besoin de l'infuseur. Prenez soin de l'enlever de votre shaker pour préparer votre Smart Meal !



1. VERSEZ DE L'EAU BIEN FRAÎCHE DANS VOTRE SHAKER (350ML)

350ml, c'est la jauge rouge la plus haute du shaker.

Astuce : Pour être sûrs d'avoir de l'eau bien fraîche, n'hésitez pas à mettre de l'eau au frigo la veille !



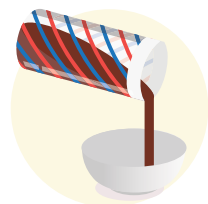
2. AJOUTEZ-Y LA POUDRE DU BERLINGOT

Mettez la totalité et en une seule fois.



3. SECOUZ BIENT FORT !

L'intérêt étant de diluer au mieux la poudre afin d'éviter les morceaux !

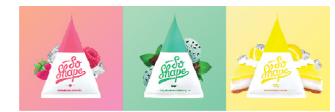


4. SI VOUS PRÉFÉREZ CHAUD :

Versez la totalité du shaker dans un bol et mettez-le au micro-ondes pendant 1 à 2 minutes. Si le mélange s'épaissit trop, rajoutez de l'eau.

LES FRAPPÉS

SO FRESH !



TRÈS IMPORTANT les shapers : comme certains sodas dont on taira le nom, les berlingots frappés se boivent très frais, même glacés !

Cela concerne les saveurs Cheesecake Citron, Framboise et Menthe-Choco. De

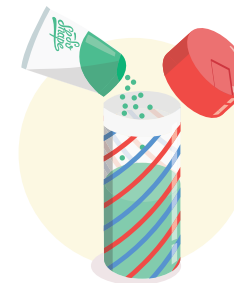
vrais milk shakes à prendre avec des glaçons ou de l'eau hyper froide. :)

Vous n'avez pas besoin de l'infuseur. Prenez soin de l'enlever de votre shaker pour préparer votre Smart Meal !



1. VERSEZ DE L'EAU BIEN FRAÎCHE DANS VOTRE SHAKER (350ML) PUIS DES GLAÇONS

350ml, c'est la jauge rouge la plus haute du shaker.



2. AJOUTEZ-Y LA POUDRE DU BERLINGOT

Mettez la totalité et en une seule fois.



3. SECOUZ BIENT FORT !

L'intérêt étant de diluer au mieux la poudre afin d'éviter les morceaux !

LES VELOUTÉS

SO SMOOTH !



Les berlingots saveur soupe du jardin et velouté de tomates se dégustent bien chauds.

Petite astuce : si la soupe est trop chauffée, elle s'épaissit. Lorsque cela arrive, versez encore un peu d'eau après avoir chauffé pour fluidifier le tout. Et

n'hésitez pas à rajouter des épices, c'est super bon ! Le curry va très bien avec la soupe du jardin par exemple, et le paprika avec le velouté de tomates !

Vous n'avez pas besoin de l'infuseur. Prenez soin de l'enlever de votre shaker pour préparer votre Smart Meal !



1. VERSEZ DE L'EAU DANS VOTRE SHAKER (350ML)

350ml, c'est la jauge rouge la plus haute du shaker.



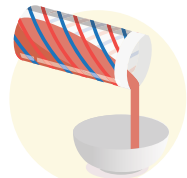
2. AJOUTEZ-Y LA POUDRE DU BERLINGOT

Mettez la totalité et en une seule fois.



3. SECOUEZ BIEN FORT !

L'intérêt étant de diluer au mieux la poudre afin d'éviter les morceaux !



4. VERSEZ LE TOUT DANS UN BOL

N'oubliez pas d'utiliser un bol prévu pour aller au micro-ondes !



5. METTEZ LE BOL AU MICRO-ONDES

Pendant 1 à 2 minutes. Si le mélange s'épaissit trop, rajoutez de l'eau. Attention : Ne mettez pas votre Shaker au micro-onde.

LES PLATS

SO HOT !



Si on nous avait dit que l'on pouvait mincir avec des pâtes ou du riz... Vous l'avez rêvé, So Shape l'a fait ! Les pastas et risottos So Shape sont 100% végétariens : pas de viande mais du soja cuisiné pour vous donner toutes les saveurs des pâtes et riz que l'on aime. :) Les plats chauds

doivent ressembler à de véritables petits plats en sauce ; si la consistance est trop liquide, pensez à mettre moins d'eau, et à bien laisser couvert sous une assiette après cuisson. Vous n'avez pas besoin de l'infuseur. Prenez soin de l'enlever de votre shaker pour préparer votre Smart Meal !



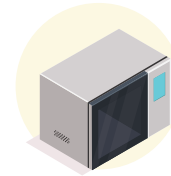
1. VERSEZ DE L'EAU DANS VOTRE SHAKER POUR MESURER LA QUANTITÉ (150ML)

150ml, c'est la jauge rouge la plus basse du shaker. Versez légèrement en dessous pour le risotto champignons.



2. VERSEZ L'EAU DU SHAKER PUIS LA POUDRE DU BERLINGOT DANS UN BOL

Mélangez jusqu'à obtenir une préparation homogène.



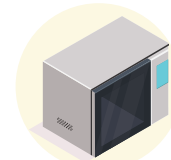
3. CHAUFFEZ LE BOL 1 MIN 30 SEC AU MICRO-ONDES

Sans recouvrir. Si le mélange s'épaissit trop, rajoutez de l'eau. Dès la sortie du micro-ondes, recouvrez avec une assiette.



4. LAISSEZ REPOSER 5 MINUTES SOUS L'ASSIETTE

Si le mélange s'épaissit trop, rajoutez de l'eau.



5. REMETTEZ LE BOL 30 SEC AU MICRO-ONDES

Sans couvrir. C'est prêt !

Astuce : pour ceux qui n'ont pas de micro-ondes, vous pouvez chauffer votre plat à la casserole à feu moyen, pendant environ 6 minutes, en ajoutant la même quantité d'eau (150mL).



N'hésitez pas à proposer vos recettes de detox water sur Instagram, Facebook ou Twitter avec le #SoShape! Nous publierons les meilleures sur le compte @SoshapeParis !

Voici un exemple de recette :

Des fraises, des framboises, quelques tranches de citron et des feuilles de menthe, la version healthy de vos cocktails préférés !

HYDRATEZ-VOUS !

Le tout nouveau Shaker permet avec son infuseur de fruits de vous hydrater de manière hyper savoureuse en faisant le plein de vitamines ! Totalement autorisé pendant le challenge !

Récupérez bonne mine avec ce mélange de fruits et d'eau fraîche à emporter partout avec vous. Si vous n'avez pas envie de détériorer votre joli Shaker, évitez le lave-vaisselle.



1. METTEZ DE L'EAU DANS VOTRE SHAKER

Vous n'avez pas besoin d'utiliser les jauges dessinées sur le shaker. Mettez le volume qui vous fait plaisir !



2. PLACEZ VOS FRUITS COUPÉS DANS L'INFUSEUR SO SHAPE

Laissez libre cours à votre imagination !



3. LAISSEZ INFUSER 30 MINUTES AU FRIGO

N'hésitez pas à partager votre detox water sur instagram, avec le hashtag #SoShape ! On republie les meilleures sur notre compte. ;)

LES RECETTES DE SMART MEALS

On est conscient que même si nos petit berlingots sont gourmands, c'est toujours cool de varier les plaisirs ! C'est pourquoi on vous propose une alternative

pour transformer vos Smart Meals : des berlingots à cuisiner ! Pas besoin de vous retrousser les manches, ce sont les recettes les plus simples du monde !



FLAN GOURMAND

- Munissez-vous du berlingot de votre choix et versez la poudre dans un bol
- Ajoutez-y 75 ml d'eau et 3 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- Mélangez bien la préparation
- Versez la pâte obtenue dans un petit moule et mettez au four 30 min à 180° (thermostat 6)

BOWL CAKE

- Fouettez un blanc d'oeuf à la fourchette jusqu'à l'obtention d'une mousse légère
- Ajoutez-y 2 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- Fouettez à nouveau !
- Versez un berlingot de votre choix dans la préparation et mélangez bien
- Faites cuire pendant 2 min au micro-ondes
- Vous pouvez également parsemer de quelques Smart Pépites

MOUSSE LÉGÈRE

- Montez 2 blanc d'oeufs en neige
- Mélangez, dans un autre bol, 1 berlingot de votre choix et 3 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- A l'aide d'un spatule, incorporez progressivement la préparation aux oeufs montés en neige et mélangez délicatement toujours dans le même sens
- Laissez reposer au frigo 30 min

MOELLEUX GÉNÉREUX

- Verser la poudre d'un berlingot de votre choix dans un bol
- Ajoutez 25 ml d'eau et 2 cuillères à soupe de fromage blanc 0%
- Mélangez énergiquement
- Versez la pâte obtenue dans un petit moule et mettez au four 25 min à 180° (thermostat 6)

CAKE SALÉ

- Préparez votre berlingot salé avec la recette habituelle
- Ajoutez-y 1/2 cuillère à café de levure
- Mélangez bien la préparation
- Batre 2 blancs d'oeuf en neige
- Incorporer les blancs en neige à la préparation
- Verser la pâte obtenue dans un petit moule et mettez au four 25 min à 180° (thermostat 6)



LE SMART FOOD CLUB

Des petits déjeuners 100% sains et gourmands pour un «après challenge» réussi !

Imaginez que tout ce qu'on aime manger le matin devienne enfin bon pour notre forme.

C'est le but du Smart Food Club : nous permettre de rester en forme sur le long terme en transformant tous nos moments gourmands en nutrition ZÉRO culpabilité et VRAIMENT nourrissante ! Des protéines, des fibres, peu de sucre et de mauvais gras. La Smart Food est la seule au monde qui permette de respecter ces bases même quand on craque ! Adhérer au Smart Food Club, c'est recevoir chez soi l'essentiel pour ne plus jamais gâcher ses efforts.

Notre raison d'être est d'aider tous les gourmands du monde à partir du bon pied le matin pour rester en forme, un plaisir à la fois !



1 Coffret BreakFast Club pour tous vos petits dej.

Pratique pour ne plus jamais manquer le repas le plus important de la journée.



7 packs Smart Food de votre choix.

Pancakes, Mug Cakes, Muffins, Mueslis, Pépites et zéro culpabilité.



49,90€ pour plus de 50 portions gourmandes.

Moins d'1€ le moment gourmand ! C'est ça consommer Smart.



INFORMATIONS NUTRITIONNELLES

Substitut de repas en poudre pour contrôle du poids aux différentes saveurs avec édulcorants.

Important : Remplacer quotidiennement deux repas d'un régime hypocalorique par des substituts de repas aide à perdre du poids. Remplacer quotidiennement un repas d'un régime hypocalorique par une substitut de repas aide à maintenir le poids après une perte de poids.

Déconseillé aux grincheux, aux plus petits, aux femmes qui attendent un heureux événement ou allaitant, et à nos chers aînés.

Ne pas se nourrir uniquement de berlingots So Shape. Pendant et après votre challenge, veillez à manger équilibré.

L'alternance fréquente d'un amincissement et d'une reprise de poids trop importante n'est pas bonne pour vous !

Ayez un apport en boisson suffisant : 1,5L par jour (eau, thé, infusion, détox water...), une alimentation variée, équilibrée et un mode de vie sain.

À conserver dans un endroit stylé sec et frais.

À consommer de préférence avant la date indiquée sous la pliure du berlingot.

Pour nos amis les allergiques, sachez que notre ligne de fabrication interdit l'huile d'arachide et les fruits à coque.

Pour toute information relative au produit, n'hésitez pas à nous contacter à hello@sosshape.com !

SAVEUR CHOCOLAT

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	356	kcal	214	kcal	11 %
	1499		899		
Matières Grasses	8,0	g	4,8	g	7 %
	1,8	g	1,1	g	6 %
	dont saturés		dont saturés		
	3,3	g	2,0	g	
Glucides	31,0	g	18,6	g	7 %
	dont sucres		dont sucres		13 %
Fibres alimentaires	10,2	g	6,1	g	24 %
Protéines	35,0	g	21,0	g	42 %
Sel	1,0	g	0,7	g	12%
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0	µg	403,2	µg	50 %
Vitamine D	4,5	µg	2,7	µg	54 %
Vitamine E	10,3	mg	6,2	mg	52 %
Vitamine C	67,2	mg	40,3	mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0	mg	0,6	mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4	mg	0,8	mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,2	mg	9,1	mg	57 %
Vitamine B6	1,3	mg	0,8	mg	57 %
Acide folique (B9)	190,6	µg	114,3	µg	57 %
Vitamine B12	2,1	µg	1,3	µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	45,2	µg	27,1	µg	54 %
Acide pantothénique (B5)	5,4	mg	3,2	mg	53 %
Sodium	402,7	mg	265,3	mg	
Potassium	1,6	g	938,9	mg	47 %
Calcium	699,2	mg	492,7	mg	62 %
Phosphore	1,0	g	622,5	mg	89 %
Magnésium	321,4	mg	203,3	mg	54%
Fer	18,4	mg	11,0	mg	79 %
Zinc	10,2	mg	6,1	mg	61 %
Cuivre	1,5	mg	0,9	mg	90 %
Manganèse	1,8	mg	1,1	mg	55 %
Sélénium	50,1	µg	31,4	µg	57%
Chrome	34,1	µg	20,4	µg	51 %
Iode	128,9	µg	77,4	µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,1	g	1,3	g	
Oméga 3 Acide linoléénique	1,2	g	0,7	g	
Extrait de thé vert	400,0	mg	240,0	mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de lait écrémé, protéines de lait (émulsifiant: lécithine de soja), cacao moigre en poudre, protéines de soja, protéines de pois, fibres d'acacia, matière grasse végétale (huile de soja, sirop de glucose, protéine de lait, stabilisant : triphosphate pentasodique, dioxyde de silicium : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), épaississants : fécule de pomme de terre modifiée, graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), arômes, dextrose, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), maltodextrine, extrait naturel de romarin.

SAVEUR VANILLE & CHOCOLAT BLANC

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	341	kcal	205	kcal	10 %
	1435		861		
Matières Grasses	7,0	g	4,2	g	6 %
	1,1	g	0,7	g	4 %
	dont saturés		dont saturés		
	3,5	g	2,1	g	
Glucides	28,9	g	17,3	g	7 %
	dont sucres		dont sucres		14 %
Fibres alimentaires	12,2	g	7,3	g	29 %
Protéines	34,5	g	20,7	g	41 %
Sel	1,0	g	0,6	g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,4	µg	403,4	µg	50 %
Vitamine D	4,5	µg	2,7	µg	54 %
Vitamine E	10,2	mg	6,1	mg	51 %
Vitamine C	67,3	mg	40,4	mg	51 %
Thiamine (B1)	1,0	mg	0,6	mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4	mg	0,8	mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,2	mg	9,1	mg	57 %
Vitamine B6	1,3	mg	0,8	mg	57 %
Acide folique (B9)	204,8	µg	122,9	µg	61 %
Vitamine B12	2,2	µg	1,3	µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	44,6	µg	26,8	µg	54 %
Acide pantothénique (B5)	5,3	mg	3,2	mg	53 %
Sodium	389,0	mg	257,0	mg	
Potassium	1,7	g	1,0	g	50 %
Calcium	736,3	mg	515,0	mg	64 %
Phosphore	962,4	mg	577,5	mg	83 %
Magnésium	327,5	mg	207,0	mg	55 %
Fer	13,9	mg	8,3	mg	59 %
Zinc	9,4	mg	5,6	mg	56 %
Cuivre	1,1	mg	0,6	mg	60 %
Manganèse	1,8	mg	1,1	mg	55 %
Sélénium	49,3	µg	31,0	µg	56 %
Chrome	33,4	µg	20,0	µg	50 %
Iode	128,9	µg	77,4	µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,3	g	1,4	g	
Oméga 3 Acide linoléénique	1,2	g	0,7	g	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de lait écrémé, protéines de lait (émulsifiant: lécithine de soja), fibres d'acacia, protéines de soja, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de soja, sirop de glucose, protéine de lait, stabilisant: triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), épaississants : fécule de pomme de terre modifiée et gomme de xanthane, graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), arômes, dextrose, malto-dextrine, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR CAPPUCCINO

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	340 kcal	1432 kJ	204 kcal	10 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,2 g1,2 g3,6 g	g g g	4,3 g0,7 g2,1 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	29,2 g20,9 g	g g	17,5 g12,6 g	7 %14 %
Fibres alimentaires	10,3 g		6,2 g	25 %
Protéines	34,5 g		20,7 g	41 %
Sel	1,0 g		0,7 g	12 %

Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0 µg	403,2 µg	50 %
Vitamine D	4,5 µg	2,7 µg	54 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	67,2 mg	40,3 mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	186,9 µg	112,1 µg	56 %
Vitamine B12	2,1 µg	1,3 µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	45,2 µg	27,1 µg	54 %
Acide pantothénique (B5)	5,2 mg	3,1 mg	52 %
Sodium	410,6 mg	270,0 mg	
Potassium	1,8 g	1,1 g	54 %
Calcium	649,7 mg	463,0 mg	58 %
Phosphore	968,7 mg	581,2 mg	83 %
Magnésium	315,4 mg	199,8 mg	53 %
Fer	14,6 mg	8,8 mg	63 %
Zinc	9,6 mg	5,7 mg	57 %
Cuivre	1,1 mg	0,7 mg	70 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	55 %
Sélénium	49,7 µg	31,2 µg	57 %
Chrome	33,5 µg	20,1 µg	50 %
Iode	128,9 µg	77,4 µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,4 g	1,4 g	
Oméga 3 Acide linoléique	1,2 g	0,7 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, café en poudre 7%, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), épaississants : gomme de xanthane et fécule de pomme de terre modifiée, graines de lin, farine de riz, arôme, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), dextrose, maltodextrine, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, extrait de thé vert, extrait naturel de romarin.

SAVEUR FRAMBOISE

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	351 kcal	1475 kJ	210 kcal	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,4 g1,2 g3,5 g	g g g	4,4 g0,7 g2,1 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	28,6 g18,9 g	g g	17,2 g11,4 g	7 %13 %
Fibres alimentaires	12,1 g		7,3 g	29 %
Protéines	36,4 g		21,9 g	44 %
Sel	1,1 g		0,7 g	12 %

Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0 µg	403,2 µg	50 %
Vitamine D	4,5 µg	2,7 µg	54 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	67,2 mg	40,3 mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	188,6 µg	113,2 µg	57 %
Vitamine B12	2,1 µg	1,3 µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	45,5 µg	27,3 µg	55 %
Acide pantothénique (B5)	5,2 mg	3,1 mg	52 %
Sodium	441,0 mg	288,2 mg	
Potassium	1,6 g	949,5 mg	47 %
Calcium	688,2 mg	486,1 mg	61 %
Phosphore	987,7 mg	592,6 mg	85 %
Magnésium	313,5 mg	198,6 mg	53 %
Fer	14,7 mg	8,8 mg	63 %
Zinc	9,6 mg	5,8 mg	58 %
Cuivre	1,1 mg	0,7 mg	70 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	55 %
Sélénium	49,9 µg	31,3 µg	57 %
Chrome	33,5 µg	20,1 µg	50 %
Iode	128,9 µg	77,4 µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,3 g	1,4 g	
Oméga 3 Acide linoléique	1,2 g	0,7 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), épaississants : fécule de pomme de terre modifiée et gomme de xanthane, graines de lin, farine de riz, dextrose, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), colorant : rouge de betterave, correcteur d'acidité : acide citrique, arôme, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR VELOUTÉ DE TOMATES

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	351 kcal	1476 kJ	210 kcal	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,2 g1,3 g3,3 g	g g g	4,3 g0,8 g2,0 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	29,1 g10,1 g	g g	17,5 g6,0 g	7 %7 %
Fibres alimentaires	10,9 g		6,5 g	26 %
Protéines	36,9 g		22,1 g	44 %
Sel	3,4 g		2,0 g	33 %

Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	682,8 µg	409,7 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,1 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	58 %
Niacine (PP ou B3)	14,9 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	201,3 µg	120,8 µg	60 %
Vitamine B12	2,2 µg	1,3 µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg	3,5 mg	58 %
Sodium	1,4 g	813,9 mg	
Potassium	995,0 mg	597,0 mg	30 %
Calcium	647,3 mg	388,4 mg	49 %
Phosphore	878,7 mg	527,2 mg	75 %
Magnésium	340,6 mg	204,4 mg	55 %
Fer	13,6 mg	8,1 mg	58 %
Zinc	9,3 mg	5,6 mg	56 %
Cuivre	1,1 mg	0,7 mg	67 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	53 %
Sélénium	54,8 µg	32,9 µg	60 %
Chrome	46,1 µg	27,7 µg	69 %
Iode	131,9 µg	79,2 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,0 g	1,2 g	
Oméga 3 Acide linoléique	1,3 g	0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), poudre de tomate 17% (antimottant: dioxyde de silicium), épaississant : fécule de pomme de terre modifiée, protéines de **soja**, protéines de pois, fibres d'acacia, arômes (**céleri**), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, phosphate tricalcique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), sel, oignon grillé, colorant : apocarotenal, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), maltodextrine, persil, extrait naturel de romarin.

SAVEUR STRACCIATELLA

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	353 kcal	1483 kJ	212 kcal	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	8,2 g2,0 g3,3 g	g g g	4,9 g1,2 g2,0 g	7 %6 %
Glucides dont sucres	30,9 g21,9 g	g g	18,5 g13,1 g	7 %15 %
Fibres alimentaires	10,6 g		6,3 g	25 %
Protéines	33,5 g		20,1 g	40 %
Sel	0,9 g		0,6 g	10%

Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0 µg	403,2 µg	50 %
Vitamine D	4,5 µg	2,7 µg	54 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	67,2 mg	40,3 mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	14,9 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	182,6 µg	109,6 µg	55 %
Vitamine B12	2,1 µg	1,3 µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	44,6 µg	26,8 µg	54 %
Acide pantothénique (B5)	5,2 mg	3,1 mg	52 %
Sodium	378,1 mg	250,5 mg	
Potassium	1,6 g	972,1 mg	49 %
Calcium	704,2 mg	495,7 mg	62 %
Phosphore	965,6 mg	579,4 mg	83 %
Magnésium	319,1 mg	202,0 mg	54 %
Fer	14,6 mg	8,7 mg	62 %
Zinc	9,5 mg	5,7 mg	57 %
Cuivre	1,2 mg	0,8 mg	80 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	55 %
Sélénium	49,3 µg	31,0 µg	56 %
Chrome	33,4 µg	20,0 µg	50 %
Iode	128,9 µg	77,4 µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,1 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linoléique	1,2 g	0,7 g	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, chocolat (sucre, pâte de cacao, cacao maigre en poudre), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), épaississants : fécule de pomme de terre modifiée, graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), dextrose, arôme, maltodextrine, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR SOUPE DU JARDIN

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	343 kcal 14,43 kJ	206 kcal 866 kJ	10 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	8,0 g 1,5 g 3,5 g	4,8 g 0,9 g 2,1 g	7 % 5 %
Glucides dont sucres	24,9 g 6,7 g	15,0 g 4,0 g	6 % 4 %
Fibres alimentaires	11,5 g	6,9 g	28 %
Protéines	37,2 g	22,3 g	45 %
Sel	3,3 g	2,0 g	33 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	682,9 µg	409,7 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,1 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	14,9 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	204,4 µg	122,6 µg	61 %
Vitamine B12	2,2 µg	1,3 µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg	3,5 mg	58 %
Sodium	1,3 g	797,3 mg	
Potassium	1,0 g	600,0 mg	30 %
Calcium	664,1 mg	398,5 mg	50 %
Phosphore	902,6 mg	541,6 mg	77 %
Magnésium	341,8 mg	205,1 mg	55 %
Fer	13,6 mg	8,1 mg	58 %
Zinc	9,4 mg	5,6 mg	56 %
Cuivre	1,1 mg	0,7 mg	67 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	53 %
Sélénium	55,5 µg	33,3 µg	61 %
Chrome	46,7 µg	28,0 µg	70 %
Iode	132,0 µg	79,2 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,2 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g	0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), poudre de légumes 17% [(carotte, poireau, oignon grillé, tomate (antimottant: dioxyde de silicium), épinard)], épaississant : féculé de pomme de terre modifié, protéines de **soja**, protéines de pois, fibres d'acacia, arômes (**céleri**, **œuf**), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéines de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, phosphate tricalcique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, gluconate de sodium, chlorure de potassium, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), sel, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), maltodextrine, poivre, extrait naturel de romarin.

SAVEUR GLACE MENTHE CHOCO

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	333 kcal 14,04 kJ	200 kcal 842 kJ	10 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,9 g 2,1 g 3,9 g	4,8 g 1,3 g 2,4 g	7 % 7 %
Glucides dont sucres	29,0 g 24,2 g	17,4 g 14,5 g	7 % 16 %
Fibres alimentaires	4,6 g	2,7 g	11 %
Protéines	34,2 g	20,5 g	41 %
Sel	1,0 g	0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0 µg	403,2 µg	50 %
Vitamine D	4,5 µg	2,7 µg	54 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	67,2 mg	40,3 mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	176,5 µg	105,9 µg	53 %
Vitamine B12	2,9 µg	1,7 µg	68 %
Biotine (B8 ou H)	43,1 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,2 mg	3,1 mg	52 %
Sodium	401,2 mg	240,7 mg	
Potassium	1,6 g	980,5 mg	49 %
Calcium	796,9 mg	478,1 mg	60 %
Phosphore	1,0 g	606,1 mg	87 %
Magnésium	323,1 mg	193,8 mg	52 %
Fer	13,9 mg	8,4 mg	60 %
Zinc	9,5 mg	5,7 mg	57 %
Cuivre	1,2 mg	0,7 mg	70 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	55 %
Sélénium	49,3 µg	29,6 µg	54 %
Chrome	33,4 µg	20,0 µg	50 %
Iode	128,9 µg	77,4 µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,8 g	1,7 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,1 g	0,7 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), chocolat 5% (sucre, pâte de cacao, cacao maigre en poudre), protéines de **soja**, protéines de pois, épaississants : féculé de pomme de terre modifiée, gomme xanthane, lin jaune, fibres d'acacia, farine de riz, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), dextrose, concentré de spiruline et carthame, maltodextrine, arôme, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR COOKIES & CREAM

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	357 kcal 15,00 kJ	214 kcal 900 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	8,0 g 1,2 g 3,5 g	4,8 g 0,7 g 2,1 g	7 % 4 %
Glucides dont sucres	31,3 g 20,8 g	18,8 g 12,5 g	7 % 14 %
Fibres alimentaires	11,7 g	7,0 g	28 %
Protéines	34,1 g	20,4 g	41 %
Sel	1,0 g	0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	683,7 µg	410,2 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,2 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	187,9 µg	112,8 µg	56 %
Vitamine B12	2,8 µg	1,7 µg	67 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg	3,5 mg	58 %
Sodium	397,3 mg	238,4 mg	
Potassium	1,6 g	962,3 mg	48 %
Calcium	812,1 mg	487,3 mg	61 %
Phosphore	933,4 mg	560,1 mg	80 %
Magnésium	346,3 mg	207,8 mg	55 %
Fer	12,5 mg	7,5 mg	53 %
Zinc	8,5 mg	5,1 mg	51 %
Cuivre	1,0 mg	0,6 mg	63 %
Manganèse	1,7 mg	1,0 mg	52 %
Sélénium	50,0 µg	30,0 µg	55 %
Chrome	41,6 µg	25,0 µg	62 %
Iode	131,4 µg	78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,2 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g	0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, biscuit cacao2 8% (amidon de maïs, sucre, beurre doux (**lait**), blanc d'**œuf**, poudre de cacao 7%, agent levant : bicarbonate de sodium), protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), arômes, lin jaune, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), épaississants : gomme xanthane et gomme guar, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR SPÉCULOOS

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	333 kcal 14,04 kJ	200 kcal 842 kJ	10 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	8,1 g 1,4 g 4,2 g	4,9 g 0,8 g 2,5 g	7 % 4 %
Glucides dont sucres	29,6 g 25,9 g	17,7 g 15,6 g	7 % 17 %
Fibres alimentaires	5,4 g	3,3 g	13 %
Protéines	32,8 g	19,7 g	39 %
Sel	1,0 g	0,7 g	12 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0 µg	403,2 µg	50 %
Vitamine D	4,5 µg	2,7 µg	54 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	67,2 mg	40,3 mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	176,3 µg	105,8 µg	53 %
Vitamine B12	2,8 µg	1,7 µg	68 %
Biotine (B8 ou H)	43,1 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,2 mg	3,1 mg	52 %
Sodium	395,7 mg	261,1 mg	
Potassium	1,6 g	937,4 mg	47 %
Calcium	748,6 mg	522,4 mg	65 %
Phosphore	968,4 mg	581,0 mg	83 %
Magnésium	317,1 mg	200,8 mg	54 %
Fer	13,3 mg	8,0 mg	57 %
Zinc	9,4 mg	5,7 mg	57 %
Cuivre	1,0 mg	0,6 mg	60 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	55 %
Sélénium	49,3 µg	31,0 µg	56 %
Chrome	33,4 µg	20,0 µg	50 %
Iode	128,9 µg	77,4 µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	3,1 g	1,8 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,1 g	0,7 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), briures de spéculoos 8% (amidon de maïs, sucre saveur vanille, beurre doux (**lait**), **œufs** entiers, cannelle), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, graines de lin, farine de riz, arôme, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), dextrose, épaississants : gomme xanthane et gomme guar, maltodextrine, cannelle, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR CHEESECAKE CITRON

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	336 kcal	1415 kJ	202 kcal	849 kJ	10 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,8 g 1,5 g 4,5 g		4,7 g 0,9 g 2,7 g		7 % 5 %
Glucides dont sucres	28,9 g 23,3 g		17,3 g 14,0 g		7 % 16 %
Fibres alimentaires	6,1 g		3,7 g		15 %
Protéines	34,5 g		20,7 g		41 %
Sel	1,1 g		0,7 g		12 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	672,0	µg	403,2	µg	50 %
Vitamine D	4,5	µg	2,7	µg	54 %
Vitamine E	10,2	mg	6,1	mg	51 %
Vitamine C	672	mg	40,3	mg	50 %
Thiamine (B1)	1,0	mg	0,6	mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,3	mg	0,8	mg	57 %
Niacine (PP ou B3)	14,9	mg	9,0	mg	56 %
Vitamine B6	1,3	mg	0,8	mg	57 %
Acide folique (B9)	172,6	µg	103,6	µg	52 %
Vitamine B12	2,1	µg	1,3	µg	52 %
Biotine (B8 ou H)	43,1	µg	25,9	µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,2	mg	3,1	mg	52 %
Sodium	425,8	mg	279,1	mg	
Potassium	1,6	g	966,4	mg	48 %
Calcium	757,2	mg	527,5	mg	66 %
Phosphore	958,4	mg	575,1	mg	82 %
Magnésium	312,3	mg	197,9	mg	53 %
Fer	13,3	mg	8,0	mg	57 %
Zinc	9,2	mg	5,6	mg	56 %
Cuivre	1,0	mg	0,6	mg	60 %
Manganèse	1,8	mg	1,1	mg	55 %
Sélénium	49,3	µg	31,0	µg	56 %
Chrome	33,4	µg	20,0	µg	50 %
Iode	128,9	µg	77,4	µg	52 %
Oméga 6 Acide linoléique	3,4	g	2,0	g	
Oméga 3 Acide linoléique	1,1	g	0,7	g	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant: lécithine de **soja**), fibres d'acacia, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), protéines de **soja**, protéines de pois, épaississants : féculé de pomme de terre modifiée et gomme de xanthane, graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de fer, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), arômes, dextrose, correcteur d'acidité : acide citrique, maltodextrine, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR PASTA SPICY BOLO

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	362 kcal	1528 kJ	217 kcal	917 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	6,1 g 1,4 g 2,0 g		3,7 g 0,8 g 1,2 g		5 % 4 %
Glucides dont sucres	44,2 g 12,8 g		26,5 g 7,7 g		10 % 9 %
Fibres alimentaires	2,4 g		1,5 g		6 %
Protéines	31,3 g		18,8 g		38 %
Sel	1,8 g		1,1 g		18 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	434,5	µg	260,7	µg	33 %
Vitamine D	2,9	µg	1,7	µg	34 %
Vitamine E	6,5	mg	3,9	mg	33 %
Vitamine C	43,0	mg	25,8	mg	32 %
Thiamine (B1)	0,7	mg	0,4	mg	36 %
Riboflavine (B2)	0,9	mg	0,6	mg	39 %
Niacine (PP ou B3)	9,7	mg	5,8	mg	36 %
Vitamine B6	0,9	mg	0,5	mg	37 %
Acide folique (B9)	129,6	µg	77,8	µg	39 %
Vitamine B12	1,4	µg	0,9	µg	35 %
Biotine (B8 ou H)	27,6	µg	16,5	µg	33 %
Acide pantothénique (B5)	3,4	mg	2,0	mg	34 %
Sodium	717,8	mg	446,3	mg	
Potassium	869,7	mg	529,6	mg	26 %
Calcium	474,2	mg	300,1	mg	38 %
Phosphore	565,0	mg	346,8	mg	50 %
Magnésium	184,3	mg	121,0	mg	32 %
Fer	8,0	mg	4,8	mg	34 %
Zinc	6,2	mg	3,8	mg	38 %
Cuivre	0,6	mg	0,4	mg	37 %
Manganèse	1,1	mg	0,7	mg	34 %
Sélénium	35,9	µg	21,6	µg	39 %
Iode	84,9	µg	51,0	µg	34 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,0	g	1,2	g	
Extrait de thé vert	400,0	mg	240,0	mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Pâtes 33% (semoule de **blé** dur (**gluten**)), protéines de **lait** (émulsifiant: lécithine de **soja**), poudre de tomates (anti mottant : dioxyde de silicium), protéines de **blé** texturées (protéines de **blé**, farine de **blé**, régulateur d'acidité: diphosphate tétrasodique, colorant : caramél au sul-fite d'ammonium, antioxydant : tocophérol) (**gluten**), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant: dioxyde de silicium, anti oxydant: tocophérol), maltodextrine, saccharose, minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, chlorure de potassium, oxyde de magnésium, carbonate de calcium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium), oignon, extrait de levure, arômes (exhausteur de goût: glutamate monosodique), ail, paprika, sel, extrait de thé vert, herbes de Provence (romarin, thym, sarriette, basilic, marjolaine), vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), poivre, piment fort.

SAVEUR PASTA INDIAN CURRY

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	352 kcal	1486 kJ	211 kcal	891 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	6,2 g 1,2 g 1,9 g	 	3,7 g 0,7 g 1,1 g	 	5 % 4 %
Glucides dont sucres	31,3 g 2,5 g	 	18,8 g 1,5 g	 	7 % 2 %
Fibres alimentaires	5,4 g		3,3 g		13 %
Protéines	40,0 g		24 g		48 %
Sel	2,4 g		1,4 g		23 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	450,6	µg	270,3	µg	34 %
Vitamine D	3,0	µg	1,8	µg	36 %
Vitamine E	6,8	mg	4,1	mg	34 %
Vitamine C	45,1	mg	27,0	mg	34 %
Thiamine (B1)	0,7	mg	0,4	mg	36 %
Riboflavine (B2)	2,1	mg	1,2	mg	86 %
Niacine (PP ou B3)	10,2	mg	6,1	mg	38 %
Vitamine B6	0,9	mg	0,5	mg	36 %
Acide folique (B9)	134,2	µg	80,5	µg	40 %
Vitamine B12	1,5	µg	0,9	µg	36 %
Biotine (B8 ou H)	28,9	µg	17,3	µg	35 %
Acide pantothénique (B5)	3,5	mg	2,1	mg	35 %
Sodium	942,1	mg	573,1	mg	
Potassium	910,2	mg	546,9	mg	27 %
Calcium	472,2	mg	307,7	mg	38 %
Phosphore	681,9	mg	409,1	mg	58 %
Magnésium	191,7	mg	118,5	mg	32 %
Fer	9,3	mg	5,6	mg	40 %
Zinc	7,0	mg	4,2	mg	42 %
Cuivre	0,7	mg	0,4	mg	40 %
Manganèse	1,2	mg	0,8	mg	40 %
Sélénium	34,6	µg	21,2	µg	39 %
Iode	87,0	µg	52,2	µg	35 %
Oméga 6 Acide linoléique	1,9	g	1,1	g	
Extrait de thé vert	400,0	mg	240,0	mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Pâtes (semoule de **blé** dur (**gluten**)), protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), protéines de **blé** texturée (protéines de **blé**, farine de **blé**) (**gluten**), protéines de **soja**, protéines de pois, arômes (**céleri**, **œuf**), fibres d'acacia, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), légumes (oignons grillés, carottes, persil), minéraux (phosphate tricalcique, phosphate dipotassique, chlorure de potassium, oxyde de magnésium, carbonate de calcium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium), mélange aromatique (co-rinaire, fenugrec, curcuma, piment, poivre, sel, fenouil), sel, maltodextrine, extrait de levure, colorant : riboflavine, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12).

SAVEUR RISOTTO CHAMPIGNONS

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 145ml d'eau		% VNR par berlingot*
Énergie	360 kcal	1518 kJ	216 kcal	911 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	6,4 g 1,2 g 2,8 g		3,8 g 0,7 g 1,7 g		5 % 4 %
Glucides dont sucres	37,7 g 3,9 g		22,6 g 2,3 g		9 % 3 %
Fibres alimentaires	8,9 g		5,3 g		21 %
Protéines	33,4 g		20,1 g		40 %
Sel	2,5 g		1,5 g		25 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 145ml d'eau		% VNR par berlingot*
Vitamine A	682,7	µg	409,7	µg	51 %
Vitamine D	4,3	µg	2,6	µg	52 %
Vitamine E	10,1	mg	6,1	mg	51 %
Vitamine C	75,1	mg	45	mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0	mg	0,6	mg	56 %
Riboflavine (B2)	1,5	mg	0,9	mg	63 %
Niacine (PP ou B3)	15,1	mg	9,1	mg	57 %
Vitamine B6	1,4	mg	0,8	mg	58 %
Acide folique (B9)	241,4	µg	144,8	µg	72 %
Vitamine B12	2,2	µg	1,3	µg	54 %
Biotine (B8 ou H)	43,2	µg	25,9	µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,9	mg	3,5	mg	59 %
Sodium	1,0	g	611,8	mg	
Potassium	1,2	g	748,6	mg	37 %
Calcium	372,8	mg	223,7	mg	28 %
Phosphore	634	mg	380,4	mg	54 %
Magnésium	382,2	mg	229,3	mg	61 %
Fer	12,8	mg	7,7	mg	55 %
Zinc	9,0	mg	5,4	mg	54 %
Cuivre	1,1	mg	0,7	mg	66 %
Manganèse	1,7	mg	1,0	mg	52 %
Sélénium	57,3	µg	34,4	µg	63 %
Chrome	43,9	µg	26,4	µg	66 %
Iode	131,8	µg	79,1	µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,0	g	1,2	g	
Oméga 3 Acide linoléique	0,8	g	0,5	g	
Extrait de thé vert	400,0	mg	240,0	mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Riz précuit (33%), protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de pois, protéines de **soja**, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), arômes (**lait**, **céleri**), champignons en morceaux (3,3%), oignon grillé en poudre, minéraux (phosphate dipotassique, chlorure de potassium, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, carbonate de calcium, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), graines de lin, farine de riz, sel, extrait de levure, extrait de thé vert, maltodextrine, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), persil, poivre, extrait naturel de romarin

SAVEUR PASTA FROMAGE

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	358 kcal 1500 kJ	214 kcal 900 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,6 g1,3 g3,1 g	4,5 g0,8 g1,9 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	34,7 g3,0 g	20,8 g1,8 g	8 %2 %
Fibres alimentaires	8,3 g	5,0 g	20 %
Protéines	33,1 g	19,9 g	40 %
Sel	2,7 g	1,6 g	27 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	682,8 µg	409,7 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,1 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	56 %
Riboflavine (B2)	1,5 mg	0,9 mg	62 %
Niacine (PP ou B3)	15,1 mg	9,1 mg	57 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	58 %
Acide folique (B9)	237,1 µg	142,2 µg	71 %
Vitamine B12	2,2 µg	1,3 µg	53 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,9 mg	3,5 mg	59 %
Sodium	1,1 g	637,6 mg	
Potassium	1,2 g	749,7 mg	37 %
Calcium	536,4 mg	321,8 mg	40 %
Phosphore	718,9 mg	431,4 mg	62 %
Magnésium	339,5 mg	203,7 mg	54 %
Fer	12,7 mg	7,6 mg	54 %
Zinc	9,1 mg	5,4 mg	54 %
Cuivre	1,1 mg	0,7 mg	65 %
Manganèse	1,7 mg	1,0 mg	52 %
Sélénium	57,3 µg	34,4 µg	63 %
Chrome	48,0 µg	28,8 µg	72 %
Iode	132,0 µg	79,2 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,1 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,0 g	0,6 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Pâtes 33% (semoule de **blé** dur (**gluten**)), protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, arômes (**œuf**, **lait**, **gluten**, **céleri**), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), graines de lin, farine de riz, épaississant : féculle de pomme de terre modifiée, minéraux (phosphate dipotassique, chlorure de potassium, phosphate tricalcique, carbonate de calcium, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), oignon grillé, sel, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), maltodextrine, poivre, extrait naturel de romarin.

SAVEUR PASTA PESTO

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	356 kcal 1498 kJ	213 kcal 899 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	7,4 g1,2 g3,2 g	4,4 g0,7 g2,0 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	31,6 g1,7 g	19,0 g1,0 g	7 %1 %
Fibres alimentaires	9,1 g	5,5 g	22 %
Protéines	36,1 g	21,7 g	43 %
Sel	2,3 g	1,4 g	23 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 150ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	682,8 µg	409,7 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,1 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	56 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,9 mg	61 %
Niacine (PP ou B3)	15,1 mg	9,1 mg	57 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	58 %
Acide folique (B9)	229,2 µg	137,5 µg	69 %
Vitamine B12	2,2 µg	1,3 µg	53 %
Biotine (B8 ou H)	45,3 µg	27,2 µg	54 %
Acide pantothénique (B5)	5,9 mg	3,5 mg	59 %
Sodium	902,6 mg	541,6 mg	
Potassium	1,3 g	787,6 mg	39 %
Calcium	524,4 mg	314,6 mg	39 %
Phosphore	755,6 mg	453,4 mg	65 %
Magnésium	383,9 mg	230,4 mg	61 %
Fer	13,3 mg	8,0 mg	57 %
Zinc	9,2 mg	5,5 mg	55 %
Cuivre	1,2 mg	0,7 mg	70 %
Manganèse	1,8 mg	1,1 mg	54 %
Sélénium	53,4 µg	32,0 µg	58 %
Chrome	39,5 µg	23,7 µg	59 %
Iode	132,0 µg	79,2 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,1 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,1 g	0,7 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Pâtes 33% (semoule de **blé** dur (**gluten**)), protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **blé** texturées (protéine de **blé**, farine de **blé**), protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), arômes (**œuf**), graines de lin, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, chlorure de potassium, phosphate tricalcique, carbonate de calcium, oxyde de magnésium, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), oignon grillé, sel, persil, extrait de thé vert, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), maltodextrine, poivre, extrait naturel de romarin.

SAVEUR BROWNIE

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	351 kcal 1473 kJ	211 kcal 884 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	8,4 g1,6 g3,3 g	5,1 g1,0 g2,0 g	7 %5 %
Glucides dont sucres	27,7 g10,4 g	16,6 g10,4 g	6 %12 %
Fibres alimentaires	14,9 g	8,9 g	36 %
Protéines	33,7 g	20,2 g	40 %
Sel	0,9 g	0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	684,0 µg	410,4 µg	51 %
Vitamine D	4,4 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,2 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,2 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,9 mg	61 %
Niacine (PP ou B3)	15,3 mg	9,2 mg	57 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	57 %
Acide folique (B9)	191,1 µg	114,7 µg	57 %
Vitamine B12	2,8 µg	1,7 µg	67 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,9 mg	3,6 mg	60 %
Sodium	372 mg	223,2 mg	
Potassium	1,5 g	892,9 mg	45 %
Calcium	740,6 mg	444,4 mg	56 %
Phosphore	925,2 mg	555,1 mg	79 %
Magnésium	383,8 mg	230,3 mg	61 %
Fer	15,8 mg	9,5 mg	68 %
Zinc	9,0 mg	5,4 mg	54 %
Cuivre	1,4 mg	0,8 mg	81 %
Manganèse	1,7 mg	1,0 mg	52 %
Sélénium	50,3 µg	30,2 µg	55 %
Chrome	46,2 µg	27,7 µg	69 %
Iode	131,4 µg	78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,0 g	1,2 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g	0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, biscuit cacaoté 8% (amidon de maïs, sucre, beurre doux (**lait**), blanc d'**œuf**, poudre de cacao 7%, agent levant : bicarbonate de sodium), cacao maigre en poudre, protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), lin jaune, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), arôme, épaississants: gomme xanthane et gomme guar, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants: sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR CARAMEL BEURRE SALÉ

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	352 kcal 1479 kJ	211 kcal 888 kJ	11 %
Matières Grasses dont saturés dont poly-insaturés	6,9 g1,2 g3,5 g	4,2 g0,7 g2,1 g	6 %4 %
Glucides dont sucres	30,4 g23,4 g	18,2 g14,0 g	7 %16 %
Fibres alimentaires	11,8 g	7,1 g	28 %
Protéines	36,0 g	21,6 g	43 %
Sel	2,1 g	1,2 g	20 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g	Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	683,7 µg	410,2 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg	2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg	6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,2 mg	45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg	0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg	0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg	9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg	0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	187,9 µg	112,8 µg	56 %
Vitamine B12	2,8 µg	1,7 µg	67 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg	25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg	3,5 mg	58 %
Sodium	821,3 mg	492,8 mg	
Potassium	1,7 g	1,0 g	52 %
Calcium	897,9 mg	538,7 mg	67 %
Phosphore	999,4 mg	599,7 mg	86 %
Magnésium	346,3 mg	207,8 mg	55 %
Fer	12,5 mg	7,5 mg	53 %
Zinc	8,5 mg	5,1 mg	51 %
Cuivre	1,0 mg	0,6 mg	63 %
Manganèse	1,7 mg	1,0 mg	52 %
Sélénium	50,0 µg	30,0 µg	55 %
Chrome	41,6 µg	25,0 µg	62 %
Iode	131,4 µg	78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,2 g	1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g	0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg	240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), arômes, lin jaune, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), épaississants : gomme xanthane et gomme guar, sel, colorant : caramel ou sulfite d'ammonium, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants: sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR NOISETTE

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	351 kcal	1479 kJ	211 kcal	11 %
Matières Grasses	7,0 g		4,2 g	6 %
dont saturés	1,2 g		0,7 g	4 %
dont poly-insaturés	3,5 g		2,1 g	
Glucides	29,2 g		17,2 g	7 %
dont sucres	23,5 g		14,1 g	16 %
Fibres alimentaires	11,8 g		7,1 g	28 %
Protéines	37,0 g		22,2 g	44 %
Sel	1,1 g		0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	683,7 µg		410,2 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg		2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg		6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,2 mg		45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg		0,6 mg	55 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg		0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg		9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg		0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	188,1 µg		112,9 µg	56 %
Vitamine B12	2,8 µg		1,7 µg	67 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg		25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg		3,5 mg	58 %
Sodium	429,3 mg		257,6 mg	
Potassium	1,8 g		1,1 g	53 %
Calcium	933,6 mg		560,2 mg	70 %
Phosphore	1,0 g		618,0 mg	88 %
Magnésium	348,6 mg		209,1 mg	56 %
Fer	12,7 mg		7,6 mg	54 %
Zinc	8,5 mg		5,1 mg	51 %
Cuivre	1,1 mg		0,6 mg	64 %
Manganèse	1,7 mg		1,0 mg	52 %
Sélénium	50,0 µg		30,0 µg	55 %
Chrome	41,9 µg		25,2 µg	63 %
Iode	131,4 µg		78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,2 g		1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g		0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg		240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), lin jaune, farine de riz, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), arômes, épaississants : gomme xanthane et gomme guar, cacao maigre en poudre, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR COCO CHOCO

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	359 kcal	1508 kJ	215 kcal	11 %
Matières Grasses	8,3 g		5,0 g	7 %
dont saturés	2,5 g		1,5 g	8 %
dont poly-insaturés	3,3 g		2,0 g	
Glucides	29,3 g		17,6 g	7 %
dont sucres	22,2 g		13,3 g	15 %
Fibres alimentaires	12,8 g		7,7 g	31 %
Protéines	35,3 g		21,2 g	42 %
Sel	1,0 g		0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	683,8 µg		410,3 µg	51 %
Vitamine D	4,4 µg		2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,2 mg		6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,1 mg		45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg		0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg		0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg		9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg		0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	187,9 µg		112,8 µg	56 %
Vitamine B12	2,8 µg		1,7 µg	66 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg		25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg		3,5 mg	58 %
Sodium	410,5 mg		246,3 mg	
Potassium	1,7 g		1,0 g	51 %
Calcium	867,0 mg		520,2 mg	65 %
Phosphore	977,6 mg		586,6 mg	84 %
Magnésium	349,2 mg		209,5 mg	56 %
Fer	12,8 mg		7,7 mg	55 %
Zinc	8,5 mg		5,1 mg	51 %
Cuivre	1,1 mg		0,7 mg	67 %
Manganèse	1,7 mg		1,0 mg	52 %
Sélénium	50,1 µg		30,0 µg	55 %
Chrome	42,8 µg		25,7 µg	64 %
Iode	131,4 µg		78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,0 g		1,2 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g		0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg		240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), lin jaune, farine de riz, arômes, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), chocolat 2,5% (sucre, pâte de cacao, cacao maigre en poudre), noix de coco râpée 2,5%, épaississants : gomme xanthane et gomme guar, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

SAVEUR TARTE AUX FRAISES

Valeurs nutritionnelles	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Énergie	354 kcal	1488 kJ	212 kcal	11 %
Matières Grasses	7,5 g		4,5 g	6 %
dont saturés	1,2 g		0,7 g	4 %
dont poly-insaturés	3,5 g		2,1 g	
Glucides	30,6 g		18,4 g	7 %
dont sucres	23,2 g		13,9 g	15 %
Fibres alimentaires	13,2 g		7,9 g	32 %
Protéines	34,5 g		20,7 g	41 %
Sel	1,0 g		0,6 g	10 %
Vitamines et sels minéraux	Pour 100g		Par berlingot de 60g dans 350ml d'eau	% VNR par berlingot*
Vitamine A	683,7 µg		410,2 µg	51 %
Vitamine D	4,3 µg		2,6 µg	52 %
Vitamine E	10,1 mg		6,1 mg	51 %
Vitamine C	75,2 mg		45,1 mg	56 %
Thiamine (B1)	1,0 mg		0,6 mg	54 %
Riboflavine (B2)	1,4 mg		0,8 mg	59 %
Niacine (PP ou B3)	15,0 mg		9,0 mg	56 %
Vitamine B6	1,3 mg		0,8 mg	56 %
Acide folique (B9)	187,9 µg		112,8 µg	56 %
Vitamine B12	2,8 µg		1,7 µg	67 %
Biotine (B8 ou H)	43,2 µg		25,9 µg	52 %
Acide pantothénique (B5)	5,8 mg		3,5 mg	58 %
Sodium	406,7 mg		244,0 mg	
Potassium	1,6 g		984,1 mg	49 %
Calcium	846,4 mg		507,8 mg	63 %
Phosphore	948,4 mg		569,1 mg	81 %
Magnésium	349,7 mg		209,8 mg	56 %
Fer	12,5 mg		7,5 mg	54 %
Zinc	8,5 mg		5,1 mg	51 %
Cuivre	1,0 mg		0,6 mg	63 %
Manganèse	1,7 mg		1,0 mg	52 %
Sélénium	50,0 µg		30,0 µg	55 %
Chrome	41,6 µg		25,0 µg	62 %
Iode	131,4 µg		78,9 µg	53 %
Oméga 6 Acide linoléique	2,2 g		1,3 g	
Oméga 3 Acide linolénique	1,3 g		0,8 g	
Extrait de thé vert	400,0 mg		240,0 mg	

VNR* Valeurs nutritionnelles de référence
Apports de référence pour une journée d'un adulte-type (8400kJ/2000kcal)

Liste des ingrédients : Poudre de **lait** écrémé, protéines de **lait** (émulsifiant : lécithine de **soja**), fibres d'acacia, protéines de **soja**, protéines de pois, bri-sures de biscuit 5% (amidon de maïs, sucre saveur vergeoise, beurre doux (**lait**), **œufs** entiers, cannelle), matière grasse végétale (huile de **soja**, sirop de glucose, protéine de **lait**, stabilisant : triphosphate pentasodique, anti agglomérant : dioxyde de silicium, anti oxydant : tocophérol), lin jaune, farine de riz, arômes, minéraux (phosphate dipotassique, oxyde de magnésium, phosphate tricalcique, gluconate de zinc, pyrophosphate de fer, gluconate de manganèse, gluconate de cuivre, iodure de potassium, sélénite de sodium, chlorure de chrome), colorant : rouge de betterave, épaississants : gomme xanthane et gomme guar, maltodextrine, extrait de thé vert, édulcorants : sucralose et acésulfame de potassium, vitamines (C, E, A, D, B1, B2, B3, B5, B6, B8, B9, B12), extrait naturel de romarin.

MERCI !

N'hésitez pas à nous écrire sur l'adresse :

hello@soshape.com

Pour toute question, suggestion ou juste nous faire
un coucou, appelez-nous au :

01.76.42.00.56

Bientôt, d'autres surprises pour être en meilleure
forme sur

www.soshape.com

Excellent Challenge et rejoignez la famille des
shapers sur Instagram avec le hashtag **#SoShape.**

