



Remarque: ce tableau fournit des valeurs indicatives. Il peut y avoir des différences selon les enseignes.

Produit	Composition et poids (g)	Protéines g/100g	Matières grasses g/100g	Fibres g/100g	Glucides g/100g	Valeur énergétique kcal/100g	Sel g/100g
Panini (mozzarella, jambon cru, pousses d'oignon, roquette)	Total 215g	13.3	11.9	2.8	31.4	291	1.51
Kebab (viande d'agneau, légumes, sauce blanche et piquante)	Total 380g: agneau 200g, salade 45g, pain 135g,	14.7	12	3	15.5	234	1.55
Plat asiatique (porc au gingembre, riz)	Total 571g: riz 280g, viande 167g, légumes 124g.	6.8	3.3	1.3	19.8	145	1.13
Burrito (viande hachée de bœuf, riz, haricots noirs, maïs, salade, sauce blanche et piquante)	Total 624g: Riz, poivrons, tomates, haricots noirs, viande hachée, oignons, maïs, sauce piquante	7	6.2	2.7	15.3	151	0.77
Menu cheeseburger et frites (viande hachée de bœuf, frites, fromage, cornichon, ketchup)	Total 370g: frites 170g, viande/fromage/cornichon 101g, pain 79g, ketchup 20g	9.9	13.6	2.7	25.8	270	1.33
Pizza (mozzarella, jambon)	Total 350g	15.8	9	1.7	25.7	250	1.91
Sandwich (poulet, mayo, ketchup, salade, tomate, cornichon, fromage)	Total 425g: viande 142g	11.3	5.7	2.6	19	178	1.08
Menu nuggets et frites (poulet, panure, frites, sauce bbq)	Total 277g: frites 130g, poulet 120g, sauce BBQ 27g	11.1	11.6	< 0.5	27.3	258	1.47
Salade César (œufs, poulet, salade verte, tomates, croutons, sauce french dressing)	Total 233g (annoncé 211g sur emballage): œuf 24g, poulet 71g, tomate 25g, salade 71g, parmesan 14g, croutons 27g	12	9.6	1.3	5.9	161	1.18
Sandwich végétarien (fromage, tomates, concombres, pain "fitness")	Total 316g: fromage 45g, légumes (tomates, poivrons, cornichons, 111g, pain (avec sauce pesto) 160g	9.5	7.4	4	18.5	187	0.7