



*répertoire
général
des
aliments*

Tome 5
ALIMENTS DE MARQUE

Jayne Ireland-Ripert
Jean-Claude Favier
Xavier Tanneau
Max Feinberg

 **INRA**
EDITIONS

 **CNEVA**
CIQUAL

 **Lavoisier**
TEC
IN
DOC

*répertoire
général
des
aliments*

Tome 5

ALIMENTS DE MARQUE



répertoire général des aliments

Tome 5

ALIMENTS DE MARQUE

Jayne Ireland-Ripert

Institut national de la recherche agronomique (INRA)
Centre national d'études vétérinaires et alimentaires (CNEVA)
Centre informatique sur la qualité des aliments (CNEVA-CIQUAL)

Jean-Claude Favier

Institut français de recherche scientifique pour le développement en coopération (ORSTOM)
Centre informatique sur la qualité des aliments (CNEVA-CIQUAL)

Xavier Tanneau

Institut français pour la nutrition (IFN)

Max Feinberg

Institut national de la recherche agronomique (INRA)
Institut national agronomique (INA-PG)



LONDRES



NEW YORK

PARIS

147, rue de l'Université
F-75338 Paris cedex 07

11, rue Lavoisier
F-75384 Paris cedex 08

Chez les mêmes éditeurs

répertoire général des aliments

- ◆ Table de composition, 2^e édition
- ◆ Table de composition des corps gras (*Tome 1*)
- ◆ Table de composition des produits laitiers (*Tome 2*)
- ◆ Table de composition des fruits exotiques,
fruits de cueillette d'Afrique (*Tome 3*)
- ◆ Table de composition minérale (*Tome 4*)

Centre informatique sur la qualité des aliments

CIQUAL - 16 rue Claude Bernard

75231 Paris cedex 05

tél. : +33 (0)1 44 08 16 63

fax : +33 (0)1 44 08 16 60

E-mail : ciqua1@inapg.inra.fr



© **TECHNIQUE & DOCUMENTATION, 1997**

ISBN : 2-85206-428-6 (Répertoire général des aliments)

ISBN : 2-7430-0203-4 (Aliments de marque, Tome 5)

© **INRA, 1997**

ISBN : 2-7380-0519-5 (Répertoire général des aliments)

ISBN : 2-7380-0745-7 (Aliments de marque, Tome 5)



Toute reproduction ou représentation intégrale ou partielle, par quelque procédé que ce soit, des pages publiées dans le présent ouvrage, faite sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie (3, rue Hautefeuille - 75006 PARIS), est illicite et constitue une contrefaçon. Seules sont autorisées, d'une part, les reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective, et, d'autre part, les analyses et courtes citations justifiées par le caractère scientifique ou d'information de l'œuvre dans laquelle elles sont incorporées (loi du 1^{er} juillet 1992 - art. L 122-4 et L 122-5 et Code pénal art. 425).

Table des matières

Liste des aliments	VII
1. Introduction	XIII
2. Tables de Composition	1
2.1. Céréales et dérivés	3
Céréales et boulangerie	5
Pâtisserie et biscuits	23
Céréales pour le petit déjeuner.....	67
2.2. Produits laitiers	95
2.3. Matières grasses.....	145
2.4. Fruits et légumes	155
2.5. Sucres et dérivés	169
2.6. Boissons	207
Boissons non alcoolisées	209
Boissons alcoolisées	233
2.7. Plats composés.....	271
2.8. Soupes.....	285
Potages en brique	287
Potages déshydratés, reconstitués.....	319
2.9. Condiments et sauces	381
3. Index	445

Liste des aliments

2.1. CEREALES ET DERIVES 3

CEREALES ET BOULANGERIE 5

Biscotte	7
Biscotte au gluten	8
Biscottes au son diététique.....	9
Biscottes complètes.....	10
Biscotte sans sel.....	11
Biscottes six céréales	12
Campanel	13
Maïzena fleur de maïs	14
Pain grillé à la farine de blé complet	15
Pain grillé multicéréales.....	16
Pain grillé normal.....	17
Pilpil de blé	18
Préparation pour pâte à pizza	19
P'tit grillé Brioché	20
P'tit grillé complet.....	21
P'tit grillé froment	22

PÂTISSERIE ET BISCUITS 23

Cake aux fruits.....	25
Cake aux raisins secs reconstitué.....	26
Captain choc.....	27
Délice au chocolat reconstitué.....	28
Garniture pour tarte au citron restituée.....	28
Gâteau à l'ananas micro- ondes reconstitué.....	30
Gâteau au chocolat micro- ondes reconstitué.....	31
Gâteau au chocolat nappage chocolat	32
Gâteau au chocolat reconstitué.....	33
Gâteau de riz aux raisins nappage caramel	34
Gâteau de riz aux raisins secs reconstitué.....	35
Gâteau de riz nappage caramel, boîte 450 g	36
Gâteau de riz nappage caramel, boîte 135 g	37
Gâteau de riz nappage chocolat, boîte 450 g	38
Gâteau de riz nappage chocolat, boîte 135 g	39
Gâteau de semoule nappage caramel, boîte 450 g	40
Gâteau de semoule nappage caramel, boîte 135 g	41
Gâteau de semoule nappage chocolat, boîte 450 g.....	42

Gâteau de semoule nappage chocolat, boîte 135 g.....	43
Gâteau de semoule reconstitué	44
Goûters aux écorces confites.....	45
Goûters aux pommes	46
Goûters aux raisins.....	47
Minicaptain choc.....	48
Minicaptain choc fourré au chocolat.....	49
Minicaptain choc fourré pulpe d'abricot.....	50
Minicaptain choc fourré pulpe de fraise	51
Mininapolitain classique	52
Mininapolitain fourré fruits	53
Mininapolitain marbré	54
Miniroulé abricot	55
Miniroulé chocolat.....	56
Miniroulé fraise	57
Napolitain café.....	58
Napolitain chocolat	59
Napolitain classic.....	60
Napolitain marbré	61
Pâte à clafoutis aux oeufs restituée	62
Pithiviers fondant reconstitué	63
Préparation pour pâte à tarte brisée	64
Préparation pour pâte à tarte feuilletée.....	65

CÉRÉALES POUR LE PETIT

DÉJEUNER 67

All-Bran	69
Cheerios	70
Chocapic.....	71
Choco Pops.....	72
Chocos	73
Clusters	74
Corn Flakes	75
Country store	76
Crackles.....	77
Cracky nut	78
Crispy sea.....	79
Extra chocolat.....	80
Extra fruits	81
Frosties	82
Fruit'n fibre.....	83
Golden Grahams	84
Honey nut Loops	85
Miel pops	86
Muesli sans sucre.....	87
Müsli	88
Nesquik.....	89
Nutfeast	90
Oats	91
Rice Krispies.....	92

Smacks	93	Petits filous aux fruits	134
Special K.....	94	Petits filous aux fruits à sucer	135
2.2. PRODUITS LAITIERS ET		Riz au lait aux raisins	136
DESSERTS LACTES		Riz au lait caramel.....	137
95		Riz au lait parfum vanille.....	138
BOURSAULT Fromage à pâte		Silhouette	139
molle affinée	97	Viva, lait ½ écrémé.....	140
BOURSIN Fromage à pâte		Viva, lait entier.....	141
fraîche ail et fines herbes	98	Yop	142
Calin 20%	99	Yoplait panier de fruits	143
Candy'maxi.....	100	Yoplait panier de fruits 0%	144
Candy'up à la vanille	101		
Candy'up aromatisé fraise	102	2.3. CORPS GRAS	
Candy'up chocolaté.....	103	145	
Cornet extrême®.....	104	Aussi bon cru que cuit!	
Croissance	105	Qu'il l'eut cru?	147
Crème anglaise cuisson		FRUIT D'OR Nouvelle Saveur	148
express, reconstituée	106	Huile de tournesol de	
Crème dessert au chocolat	107	FRUIT D'OR	149
Crème dessert parfum vanille	108	Huile Equilibre	150
Crème fraîche épaisse	109	Margarine Equilibre	151
Crème pâtissière instantanée		PLANTA FIN	152
reconstituée	110	PUGET huile d'olive	
Crème renversée aux oeufs		virge extra	153
reconstituée	111		
Doice vita chocolat	112	2.4. FRUITS ET LEGUMES	
Double douceur nature.....	113	155	
Entremets flan au chocolat		Compote de pomme	157
reconstitué	114	Compote de pomme allégée	
Entremets flan au praliné		en sucres	158
reconstitué	115	Compote pomme-abricot	159
Entremets flan parfum caramel		Compote pomme-banane	160
reconstitué	116	Compote pomme-banane	
Entremets flan parfum vanille		allégée en sucre	161
reconstitué	117	Compote pomme-cassis	162
Esquimaux®	118	Compote pomme-fraise	163
Flan aux oeufs au chocolat noir		Compote pomme-pêche	164
reconstitué	119	Compote pomme-poire	165
Flan aux oeufs parfum pistache		Compote pomme-poire	
reconstitué	120	allégée en sucre	166
Flan aux oeufs parfum vanille reconstitué		Purée Mousline	167
.....	121		
Flan express chocolat		2.5. SUCRES ET DERIVES	
reconstitué	122	169	
Flan express parfum vanille		Barre minceur diététique.....	171
reconstitué	123	Boules Disney family.....	172
Flan pâtissier aux oeufs et		Bounty chocolat au lait.....	173
aux raisins secs	124	Cannelle en poudre sucrée.....	174
Flan pâtissier aux oeufs		Caramel liquide	175
reconstitué	125	Crunch.....	176
Frutos	126	Galak.....	177
Future maman	127	Gélifiant pour confitures Vitpris.....	178
Grand vivre.....	128	Grany à la banane.....	179
Ile Gourmande.....	129	Grany brut de chocolat.....	180
Menu minceur saveur chocolat	130	Grany fraise.....	181
Mousse au chocolat noir		Grany fruits rouges	182
Côte d'Or.....	131	Grany moelleux abricot/pomme	183
Mousse au chocolat Reine Noire		Grany moelleux amande/abricot	184
reconstituée	132	Grany moelleux chocolat	185
Nid d'amour aux poires et		Grany moelleux fruits des bois.....	186
caramel, coulis poire.....	133	Grany noisette.....	187

Grany pommes vertes.....	188
Grany raisin.....	189
Kit kat.....	190
Lion.....	191
M&M'S cacahuète.....	192
M&M'S chocolat.....	193
Mars.....	194
Milky way.....	195
Nappage pour tarte reconstitué....	196
Nestlé dessert.....	197
Nestlé Noir.....	198
Nuis.....	199
Smarties.....	200
Snickers.....	201
Sucre arôme fleur d'oranger.....	202
Sucre vanillé.....	203
Sucre vanillé des îles.....	204
Tablette nesquik.....	205
Twix.....	206

2.6. BOISSONS 207

BOISSONS NON ALCOOLISÉES 209

BANANIA petit déjeuner instantané.....	211
BANANIA petit déjeuner instantané, reconstitué.....	212
BENCO énergie.....	213
BENCO énergie reconstitué.....	214
Coca-Cola.....	215
Coca-Cola light.....	216
Coca-Cola light sans caféine.....	217
Coca-Cola sans caféine.....	218
Fanta citron.....	219
Fanta orange.....	220
Minute Maid orange.....	221
Minute Maid pomme.....	222
Minute Maid tomate.....	223
Minute Maid tropical.....	224
Nescafé sélection.....	225
Nescafé spécial filtre.....	226
Nesquik.....	227
Nestea.....	228
Ricoré.....	229
Soja à boire nature.....	230
Sprite.....	231

BOISSONS ALCOOLISÉES 233

Ambassadeur Blanc (16% vol) ...	235
Ambassadeur Rouge (14.8% vol).....	236
Ambassadeur Rouge (16% vol).....	237
Amer Cusenier (15% vol).....	238
American 505 (16% vol).....	239
Armagnac Marquis de Montesquiou (40% vol).....	240
Bartissol Blanc (16% vol).....	241
Bartissol Rouge (16% vol).....	242
Blanc de Fruits : Fruits des Bois (7% vol).....	243

Blanc de Fruits : Litchi (7% vol) ..	244
Blanc de Fruits : Pêche (7% vol).....	245
Byrrh (17% vol).....	246
Café de Paris Brut (11.5% vol) ...	247
Café de Paris Demi-Sec (11.5% vol).....	248
Cintra Porto '10 ans d'âge' (20% vol).....	249
Cintra Porto Blanc (19% vol).....	250
Cintra Porto Rouge (19% vol) ...	251
Cinzano Bitter (20% vol).....	252
Cinzano Blanc (16% vol).....	253
Cinzano Dry (18% vol).....	254
Cinzano Rouge (16% vol).....	255
Crème de cassis de Dijon (16% vol) Cusenier.....	256
La Duchesse - Crème de cassis (16% vol).....	257
La Duchesse - Eau de vie de Framboise (40% vol).....	258
La Duchesse - Eau de vie de Kirsch (45% vol).....	259
La Duchesse - Eau de vie de Mirabelle (40% vol).....	260
La Duchesse - Eau de vie de Poire (40% vol).....	261
La Duchesse - Eau de vie de Quetsche (40% vol).....	262
Mandarin (20% vol).....	263
Muscat de Samos (15.5% vol) ...	264
Pastis 51 (45% vol).....	265
Pernod (45% vol).....	266
Soho (24% vol).....	267
Suze (16% vol).....	268
Vabé (16% vol).....	269

2.7. PLATS COMPOSES 271

Croustibat®, bâtonnets de poissons panés.....	273
Gratin d'aubergines.....	274
Gratin dauphinois.....	275
Hachis parmentier.....	276
Lasagnes à la bolognaise.....	277
Paëlla.....	278
Pizza pâte fine®, jambon fromage olives.....	279
Poisson à la bordelaise.....	280
Ravioli pur bœuf.....	281
Risotto milanais.....	282
Riz cantonnais.....	283
Salade taboulé tunisien.....	284

2.8. SOUPES 285

POTAGES EN BRIQUE 287	
Moulinée de poireaux.....	289
Moulinée légumes variés.....	290
Moulinée légumes verts.....	291
Moulinée tomates.....	292

Potage julienne 8 légumes	293	Poireaux pomme de terre (instantané)	339
Potage mouliné de légumes et tomates	294	Pot au feu	340
Potage mouliné de légumes variés	295	Potagère de légumes	341
Potage mouliné de légumes verts	296	Potagère de légumes (instantané)	342
Potage mouliné de poireaux pommes de terre	297	Poule au pot	343
Potage velouté d'artichauts	298	Poule au pot (instantané)	344
Potage velouté d'asperges	299	Poule au riz	345
Potage velouté de carottes	300	Poule au vermicelle	346
Potage velouté de cresson	301	Riewele supp	347
Potage velouté de légumes	302	Soupe à l'oignon	348
Potage velouté de légumes et tomates	303	Soupe au cresson	349
Potage velouté de légumes verts	304	Soupe au pistou	350
Potage velouté de poireaux pommes de terre	305	Soupe aux céréales et aux légumes	351
Potage velouté de tomates	306	Soupe chinoise à la poule	352
Soupe au pistou	307	Soupe chinoise aux crustacés	353
Soupe aux 3 poissons	308	Soupe de poissons	354
Soupe chinoise	309	Soupe de poissons avec des croûtons	355
Soupe paysanne	310	Soupe gratinée à l'oignon	356
Velouté d'asperges	311	Soupe marocaine chorba au mouton	357
Velouté d'oignon	312	Soupe passée 9 légumes	358
Velouté de 9 légumes	313	Soupe passée 9 légumes (instantanée)	359
Velouté de carottes	314	Soupe passée cresson	360
Velouté de légumes verts	315	Soupe passée légumes poireaux	361
Velouté de poireaux	316	Soupe passée légumes poireaux (instantanée)	362
Velouté de potiron	317	Soupe passée légumes tomates	363
POTAGES DÉSHYDRATÉS, RECONSTITUÉS	319	Soupe passée légumes tomates (instantanée)	364
Chinoise aux sept parfums (instantané)	321	Soupe passée légumes verts	365
Crème d'asperges avec des croûtons (instantané)	322	Soupe passée légumes verts (instantanée)	366
Crème de 9 légumes	323	Soupe passée potiron	367
Crème de 9 légumes (instantané)	324	Soupe passée provençale	368
Crème de légumes	325	Soupe paysanne aux légumes	369
Crème de pois au jambon	326	Soupe paysanne pâte et quenelles de viandes	370
Crème de tomates	327	Suprême de volaille aux amandes	371
Crème de volaille	328	Tomate au vermicelle	372
Crème de volaille (instantané)	329	Tomates avec des croûtons (instantanée)	373
Crème forestière au madère	330	Velouté aux 2 asperges vertes et blanches	374
Crème forestière avec croûtons (instantané)	331	Velouté d'asperges	375
Gratinée à l'oignon avec des croûtons (instantané)	332	Velouté de bolets	376
Harira Soupe marocaine à la coriandre	333	Velouté de crustacés au cognac	377
Julienne de légumes	334	Velouté de crustacés au cognac (instantanée)	378
Mexicaine chili con carne	335	Velouté poireaux pomme de terre	379
Minestrone	336	Velouté printanier aux petits légumes	380
Napolitaine Minestrone aux lasagnetti	337		
Pescadou Soupe de poissons aux légumes	338		

2.9. CONDIMENTS ET SAUCES 381

Aromat condiment	383	Sauce déshydratée liée pour rôti ..	431
Bouillon aux herbes et à l'huile d'olive	384	Sauce déshydratée marchand de vin	432
Bouillon de bœuf	385	Sauce mère en brique	433
Bouillon de poule	386	Sauceline	434
Bouillon de volaille	387	Secrets d'arôme ail-oignon	435
Bouquet garni condiment	388	Secrets d'arôme ail-persil	436
Court-bouillon	389	Secrets d'arôme persil échalote	437
Court-bouillon	390	Secrets d'arômes herbes de provence	438
Gelée au mère	391	Vinaigrette à la ciboulette et au persil	439
Levure biologique briochin	392	Vinaigrette à l'huile d'olive et au citron	440
Mayonnaise à l'ancienne	393	Vinaigrette ail et fines herbes	441
Mayonnaise à la moutarde de Dijon	394	Vinaigrette moutarde à l'ancienne	442
Mayonnaise allégée en matière grasse	395	Vinaigrette nature à la moutarde	443
Mayonnaise au tournesol	396		
Mayonnaise Gourmande Bénédicta	397		
Maïzena roux minute	398		
Maïzena spéciale sauce (sachets)	399		
Pot-au-feu bouillon	400		
Poudre à lever : levure chimique	401		
Préparation déshydratée sauce au beurre blanc	402		
Préparation déshydratée pour sauce béchamel	403		
Préparation déshydratée pour sauce hollandaise	404		
Préparation pour jus de rôti	405		
Saladette au bleu	406		
Saladette cocktail	407		
Sauce armoricaine en brique	408		
Sauce au poivre en brique	409		
Sauce beurre et citron en brique	410		
Sauce béchamel en brique	411		
Sauce bourguignonne en brique	412		
Sauce condimentaire aïoli	413		
Sauce condimentaire américaine	414		
Sauce condimentaire béarnaise	415		
Sauce condimentaire bourguignonne	416		
Sauce condimentaire curry	417		
Sauce condimentaire hamburger	418		
Sauce condimentaire mexicaine	419		
Sauce condimentaire moutardé	420		
Sauce condimentaire tartare	421		
Sauce déshydratée à l'échalote	422		
Sauce déshydratée armoricaine	423		
Sauce déshydratée au fromage bleu	424		
Sauce déshydratée aux champignons	425		
Sauce déshydratée aux trois poivres	426		
Sauce déshydratée bourguignon	427		
Sauce déshydratée carbonara	428		
Sauce déshydratée chasseur	429		
Sauce déshydratée chasseur champignons lardons	430		



1. INTRODUCTION



Le **Centre Informatique sur la Qualité des Aliments (CIQUAL)** a été ouvert en 1985, sur l'initiative des industriels de l'agro-alimentaire et des Pouvoirs Publics. Il représente l'aboutissement d'une volonté nationale pour instituer une banque de données de référence sur la composition nutritionnelle des aliments. Il gère aujourd'hui une banque de données validées, appelée Répertoire Général des Aliments (REGAL). C'est la référence officielle pour l'agro-industrie et un outil très apprécié des diététiciens, chercheurs et nutritionnistes. En relation étroite avec l'Institut Français pour la Nutrition, l'INRA et l'ORSTOM, le CIQUAL a publié plusieurs tables de composition¹ extraites de cette banque de données et qui sont devenues des ouvrages de référence.

Jusqu'à présent, dans les ouvrages publiés par le CIQUAL, les aliments, à quelques exceptions près, sont désignés par leurs dénominations génériques, c'est-à-dire qu'ils ne font référence à aucun nom de marque. Mais du fait de l'accroissement du nombre d'aliments uniquement reconnaissables par leur nom de marque, une demande réitérée des utilisateurs, en particulier diététiciens et épidémiologistes, a conduit à compléter cette approche en créant une table des aliments de marque. En effet, certains produits sont difficiles à rattacher à un aliment générique, comme les nombreux desserts lactés ou boissons sucrées, d'autres ont une composition très variable d'une marque à l'autre de sorte qu'une composition unique a peu de sens, tel est le cas des barres chocolatées ou des préparations pour petit déjeuner.

C'est pourquoi, en collaboration avec des industriels membres de l'Institut Français pour la Nutrition et de l'Association Nationale des Industries Alimentaires, le CIQUAL a introduit des aliments de marque dans la banque de données REGAL.

Cet ouvrage représente la publication de données réunies sur les aliments de marque. Celle-ci s'est faite sous certaines conditions :

1. il s'agit d'une démarche volontaire, c'est-à-dire qu'un aliment de marque a été introduit dans REGAL uniquement à la demande de la firme qui le commercialise, ce qui explique que seulement un certain nombre de d'aliments soient présents dans cette table ;
2. les données présentées répondent à un certain nombre de critères de qualité analytique, tels que la représentativité et la justesse, et sont ac-

¹ Répertoire Général des Aliments. Lavoisier Technique et Documentation, Paris.

- Table de composition, 800 aliments + disquette; 1995
- Tome 1. Table de composition des Corps gras, 1987
- Tome 2. Table de composition des Produits laitiers, 1987
- Tome 3. Table de composition des Fruits exotiques, fruits de cueillette d'Afrique, 1993
- Tome 4. Table de composition minérale, 1996

- compagnées de la liste des ingrédients, telle qu'elle figure sur l'emballage ;
3. les données pour chaque aliment ont été recueillies par le CIQUAL sous l'entière responsabilité du producteur qui s'est chargé d'effectuer les analyses, ce qui implique parfois des données manquantes trop difficiles à obtenir ;
 4. cependant, la composition fournie ne représente pas un engagement contractuel et peut être modifiée à tout moment par le fabricant, en fonction de la formulation employée.

Remerciements

Nos remerciements vont aux membres du groupe de travail de l'Institut Français pour la Nutrition qui sont à l'origine de cet ouvrage. Nous remercions aussi tous les responsables et personnels des firmes qui ont accepté de nous communiquer des informations sur les produits qu'ils fabriquent.

Enfin, les personnes citées ci-dessous, membres du Comité de lecture de REGAL, ont largement contribué à la réalisation de ce livre en acceptant de le relire et en formulant des observations utiles :

Mmes et M.

Valérie BUSSON (ASTRA-CALVE)
Sylvie CHARTRON (MARS Alimentaire)
Josée CLOUTIER (KELLOGG'S)
Anne ENON (CPC)
Ismène GIACHETTI (CNERNA)
Léon GUEGUEN (INRA, Jouy-en-Josas)
Jean KLERE (ITERG)
Brigitte LE REVEREND (SODIAAL)
Luc MEJEAN (INSERM U 308, Nancy)

Organisation générale

Pour faciliter les recherches, les aliments sont regroupés en familles dont la liste est donnée au tableau 1 .

Tableau 1. Familles d'aliments

Famille	Effectif des aliments
Céréales et boulangerie	16
Pâtisserie et biscuits	41
Céréales pour le petit déjeuner	26
Produits laitiers et desserts lactés	48
Corps gras	7
Fruits et légumes	11
Sucres et dérivés	36
Boissons non alcoolisées	21
Boissons alcooliques	35
Plats composés	12
Potages en briques	29
Potages déshydratés, reconstitués	60
Condiments et sauces	61
Total	403

Chaque aliment fait l'objet d'une fiche présentée sur une page. En titre figurent son nom et le logo de sa marque.

Cette fiche de composition donne la valeur énergétique et les teneurs en 36 constituants énumérés au tableau 2. Par rapport aux tables de composition générale, publiées précédemment pour les aliments génériques, il y a trois nutriments nouveaux : l'iode, le zinc et la biotine.

Comme il est usuel dans les tables, les teneurs sont rapportées à 100 g de l'aliment considéré. Seules sont indiquées les données qui ont été communiquées par les producteurs. Elles sont généralement plus détaillées que celles qui figurent sur les emballages. Les données manquantes sont affichées <n.d.> (non déterminé) et la valeur 0 indique une absence constatée.

Les désignations des constituants et leurs unités ont été choisies d'après celles proposées par la Directive du Conseil des Communautés Européennes relative à l'étiquetage nutritionnel des denrées alimentaires ², transposée en droit français par le décret 93/1130 du 27 septembre 1993.

² Directive du Conseil du 24 septembre 1990 relative à l'étiquetage nutritionnel des denrées alimentaires / Council Directive of 24 September 1990 on nutrition labelling for foodstuffs (90/496/CEE)

En bas de fiche figurent : la liste des ingrédients mentionnés sur l'emballage, le nom de la société qui détient la marque, son adresse et le numéro de téléphone de son service consommateurs.

Tableau 2. Liste des constituants

Constituants	Unité
Énergie	kcal
Énergie	kJ
Eau	g
Protéines	g
Glucides totaux	g
Glucides disponibles	g
- sucres	g
- amidon	g
Fibres alimentaires	g
Lipides	g
- AG saturés	g
- AG mono-insaturés	g
- AG polyinsaturés	g
Cholestérol	mg
Alcool	g
Sodium	mg
Magnésium	mg
Phosphore	mg
Potassium	mg
Calcium	mg
Fer	mg
Zinc	mg
Iode	µg
Activité vitam. A	µg
β-Carotène	µg
Rétinol	µg
Vitamine D	µg
Vitamine E	mg
Vitamine C	mg
Thiamine	mg
Riboflavine	mg
Niacine	mg
Acide pantothénique	mg
Vitamine B6	mg
Vitamine B12	µg
Folates	µg
Biotine	µg

Quelques remarques sur les constituants

La valeur énergétique métabolisable, mentionnée «Énergie» sur les fiches de composition, est calculée en appliquant les coefficients de conversion recommandés par la directive de la CEE. Ces coefficients sont présentés au tableau 3.