



FICHE NUTRITIONNELLE

BOEUF HACHÉ MAIGRE (POUR 100 g)

TENEUR	% VALEUR QUOTIDIENNE
CALORIES	210 CAL
LIPIDES	15 g / 22 %
SATURÉS 6 g	34 %
+ TRANS 0,5 g	
CHOLESTÉROL	60 mg
SODIUM	65 mg / 3 %
GLUCIDES	0 g / 0 %
FIBRES	0 g / 0 %
SUCRES	0 g
PROTÉINE	20 g
VITAMINE A	0 %
VITAMINE C	0 %
CALCIUM	0 %
FER	15 %

BOEUF HACHÉ EXTRA MAIGRE (POUR 100 g)

TENEUR	% VALEUR QUOTIDIENNE
CALORIES	180 CAL
LIPIDES	10 g / 15 %
SATURÉS 4 g	20 %
+ TRANS 0,3 g	
CHOLESTÉROL	55 mg
SODIUM	65 mg / 3 %
GLUCIDES	0 g / 0 %
FIBRES	0 g / 0 %
SUCRES	0 g
PROTÉINE	21 g
VITAMINE A	0 %
VITAMINE C	0 %
CALCIUM	0 %
FER	15 %