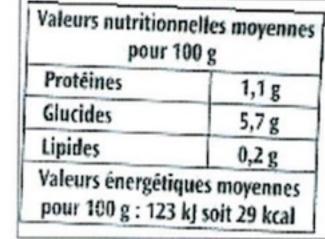
## **SCIENCES 11 : Etiquettes des aliments**

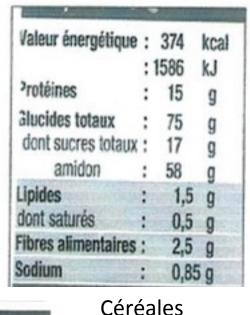
VALEURS NUTRITIONNELLES MOYENNES POUR 100 g VALEUR ÉNERGÉTIQUE ...... 374 kcal soit 1563 kl PROTÉINES ...... 8,1 g GLUCIDES ...... 53,7 g LIPIDES ..... 14,1 g

Brioche



Carottes





Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100 g Valeur énergétique 493 kJ (116 kcal) Protéines 4.5 q Glucides 21,9 g Lipides 1,3 q

Plat cuisiné

_		Steak
Valeur énerg	étique moyenr	ne pour 100 g
84	4 kJ soit 203 l	kcal
Valeurs nutrition	onnelles moyer	nes pour 100 g
Protéines	Lipides	Glucides
16 g	15 g	1 g

	ET ÉNERGÉTIQUE I	MOYENNES*
358 kcal	Fibres	4g
1519 kJ	Sels minéraux :	
13 g	Sodium	5 mg 257 mg 153 mg soit 19% des AJR**
72 g 3,7 g	<ul> <li>Potassium</li> <li>Phosphore</li> </ul>	
2 g 0,35 g	<ul> <li>Magnésium</li> </ul>	56 mg soit 18% des AJR**
	Vitamines PP	3,5 mg soit 19% des AJR**
	13 g 72 g 3.7 g	72 g 3.7 g Potassium Phosphore Magnésium

Datas