

Yogourt

Valeur nutritive

pour 100 g

Teneur	% valeur quotidienne
--------	----------------------

Calories 90	
--------------------	--

Lipides 1,5 g	2 %
----------------------	-----

Saturés 1,5 g	5 %
+ trans 0,1 g	

Cholestérol 5 mg	
-------------------------	--

Sodium 40 mg	2 %
---------------------	-----

Glucides 16 g	5 %
----------------------	-----

Fibres 0 g	0 %
------------	-----

Sucres 13 g	
-------------	--

Protéines 4 g	
----------------------	--

Vitamine A	2 %
------------	-----

Vitamine C	0 %
------------	-----

Calcium	10 %
---------	------

Fer	0 %
-----	-----