







Vrac fruits secs					mâche blanche "herbe chou",* concombres (Vaccinium myrtillus) (mâche au sucre de canne)* 30%, concombres, sucre de canne, agar dévitré (huile de tournesol),* goji (Lycium barbarum)* 20%, physalis (Physalis peruviana)*.	Aucun	100g	340	342	3,7	0,4	67	60	15	4,2	0,17	32mg (soit 384 des ARI)			Nature ou mélange à d'autre fruits secs, dans les céréales, les gâteaux, les biscuits ou des tartines.	
095284	COCKTAIL SUPERFRUITS BIO SANS	COCKTAIL SUPERFRUITS	MÉLANGE DE CANNEBERGES ET BAIES DE GOJI			Aucun	100g	340	342	3,7	0,4	67	60	15	4,2	0,17	32mg (soit 384 des ARI)				
Vrac fruits secs	DATTES DEGLÉTNOUR XKG	DATTES SÈCHES DEGLÉTNOUR	DATTES SÈCHES DEGLÉTNOUR	Dattes Deglet noor		Aucun	100g	3210	287	0,3	0	65	65	7,0	1,8	0,10	636mg (soit 355 des ARI)				
Vrac graines	GRAINES DE CHIA FRANCE SKG	GRAINES DE CHIA	GRAINES DE CHIA	Graines de chia*		Aucun	100g	3584	408	27	2,9	0,6	0	35	24	0					
Vrac graines	GRANDE COURGE 1 KG	GRANDES DE COURGE	GRANDES DE COURGE	Graines de courge*		Aucun	100g	2237	540	42	7,4	0,7	0	11	35	0,07					
Vrac graines	GRANATE TONNÉESEL 3KG	GRANATES TONNÉESEL	GRANATES TONNÉESEL	graines de tonnéesel*		Aucun	100g	2050	627	55	6,1	0,6	0,6	8,7	23	0					
Vrac graines	GRANATES DE SESAME COMPT PT SKG	GRANATES DE SESAME COMPT PT	GRANATES DE SESAME COMPT PT	SESAME complot*		Sésame	100g	2401	581	47	6,9	21	2,1	12	12	0,03					
Vrac graines	GRANATE DE COURGE FRANCE 4KG	GRAINES DE COURGES	GRAINES DE COURGES	Graines de courge*		Aucun	100g	2239	554	43	7,6	3,7	2,0	9,8	33	0					
Vrac légumineuses	LENTILLES CORAIL SKS	LENTILLES CORAIL	LENTILLES CORAIL	Lentilles rouges*		Aucun	100g	1413	334	2,2	0,4	48	0	11	25	0,24					
Vrac légumineuses	POIS CASSEES GASCOINE SKG	POIS CASSES	POIS CASSES	Pois cassés*		Aucun	100g	1257	299	1,2	0,2	35	8,0	20	25	0,04					
Vrac légumineuses	LENTILLES VERTES GASCOINE SKG	LENTILLES VERTES	LENTILLES VERTES	Lentilles vertes*		Aucun	100g	3225	292	1,1	0,2	30	2,0	31	26	0,02					
Vrac légumineuses	LIN DORE 3KG	LIN DORE	LIN DORE	LIN DORE *		Aucun	100g	2044	489	37	4,4	2,00	0,6	28	22	0,30					
Vrac légumineuses	TORSADES LENTILLES 3 COULEURS	TORSADES DE LENTILLES 3 COULEURS	TORSADES DE LENTILLES 3 COULEURS	Faible de lentilles lauré* 50%, faible de lentilles corail* 25%, faible de lentilles rouge* 25%		Aucun	100g	3181	374	2,0	0,4	57	3,6	15	27	0,02					
Vrac légumineuses	TORSADES LENTILLE CORAIL SKS	TORSADES DE LENTILLES CORAIL	TORSADES DE LENTILLES CORAIL	Faible de lentilles corail*		Aucun	100g	1508	357	1,8	0,4	54	2,0	9,5	26	0	8,7mg (soit 42% des ARI)				
Vrac légumineuses	HARICOTS BLANCS SKS	HARICOTS BLANCS	HARICOTS BLANCS	Haricots blancs*		Aucun	100g	2156	312	0,9	0,2	45	2,1	15	23	0,04					
Vrac melanges de céréales	MEL QUINOA MIEL LENTIL COR SKS	MÉLANGE QUINOA, MIEL ET LENTILLES CORAIL	MELANGE QUINOA, MIEL ET LENTILLES CORAIL	Quinoa Bio* 50% (blanc* et noir*), miel* 35%, lentilles corail* 12,5% (blanc*)		Sésame	100g	2158	369	5,3	0,8	63	2,8	6,0	14	0,03					
Vrac melanges de céréales	027255			Quinoa Bio* 45% (blanc* et rouge*), biologique de BLE* 35%, poïs* 10%, riz* 10% (rouge)		Gluten	100g	1504	356	3,6	0,5	61	2,9	8,1	14	0,06					
Vrac melanges de céréales	027356	MEL QUINOA BOULG ROIS SKS	MÉLANGE QUINOA, BOULGOUR POIS CASSÉS ET POIS CHICHES	MÉLANGE QUINOA, BOULGOUR POIS CASSÉS ET POIS CHICHES		Gluten	100g	1504	356	3,6	0,5	61	2,9	8,1	14	0,06					
Vrac melanges de céréales	027356	MEL QUINOA BOULG ROIS SKS	MEL QUINOA BOULGOUR	MELANGE QUINOA, BOULGOUR		Gluten	100g	1488	353	4,1	0,5	62	4,4	10	12	0,03					
Vrac melanges de céréales	027356	MELANGE GOURMAND SKS	MELANGE GOURMAND	MELANGE GOURMAND		Gluten	100g	1488	353	4,1	0,5	62	4,4	10	12	0,03					
Vrac melanges de céréales	RIZ BASMATE LA NOIX DE COCO SKG	RIZ BASMATE LA NOIX DE COCO	RIZ BASMATE LA NOIX DE COCO	Riz basmati à la noix de coco		Moutarde	100g	1506	380	6,2	4,7	72	0,7	2,2	7,1	1,1					
Vrac melanges de céréales	RIZ BASMATE NOIX DE COCO SKG	RIZ BASMATE NOIX DE COCO	RIZ BASMATE NOIX DE COCO	Riz basmati à la noix de coco		Moutarde	100g	1506	380	6,2	4,7	72	0,7	2,2	7,1	1,1					
Vrac melanges de céréales	RIZ BASMATE SINGHAPUR CURCUMA SKS	RIZ BASMATE AU SINGHAPUR ET CURCUMA	RIZ BASMATE AU SINGHAPUR ET CURCUMA	Riz basmati au singhaper et curcumine		Moutarde	100g	1448	357	1,5	0,2	76	3,00	2,4	7,3	0,49					
Vrac melanges de céréales	027486	DAL DE LENT CORAIL COOK SKG	DAL DE LENTILLES CORAIL A LA NOIX DE COCO	DAL DE LENTILLES CORAIL A LA NOIX DE COCO		Moutarde	100g	1470	344	5,7	4,6	49	10	11	20	1,8					
Vrac pates	FAIRFAIRLES COMPLETES SKS	FAIRFAIRLES COMPLETES	FAIRFAIRLES COMPLETES	PATES ALIMENTAIRES AU BLE COMPLET		Gluten	100g	1471	349	7,7	0,4	65	5,0	8,1	12	0					
Vrac pates	PERLE 1/2 COMPLETES SKS	PERLE DEMI-COMPLETE	PERLE DEMI-COMPLETE	PATES ALIMENTAIRES AU BLE DEMI COMPLET		Gluten	100g	1544	364	1,7	0,3	73	3,2	4,4	12	0					
Vrac pates	TORSADES 1/2 COMPLETES SKS	TORSADES DEMI-COMPLETE	TORSADES DEMI-COMPLETE	PATES ALIMENTAIRES AU BLE DEMI COMPLET		Gluten	100g	1544	364	1,7	0,3	73	3,2	4,4	12	0					
Vrac pates	COQUILLETTES BLANCHES SKG	COQUILLETTES BLANCHES	COQUILLETTES BLANCHES	PATES ALIMENTAIRES		Gluten	100g	1520	361	1,6	0,4	74	8,7	3,1	11	0					
Vrac pates	027445	MACARONS BLANCS SKS	MACARONS BLANCS	PATES ALIMENTAIRES		Gluten	100g	1520	361	1,6	0,4	74	8,7	3,1	11	0					
Vrac pates	027496	COQUILLETTES COMPLÈTES SKS	COQUILLETTES COMPLÈTES	PATES ALIMENTAIRES AU BLE COMPLET		Gluten	100g	1520	361	1,6	0,4	74	8,7	3,1	11	0					
Vrac pates	027447	MARZIPAN COMPLETS SKS	MARZIPAN COMPLETS	PATES ALIMENTAIRES AU BLE COMPLET		Gluten	100g	1470	349	2,5	0,4	65	5,0	8,1	12	0					
Vrac pates	027421	TORSADES PETIT EPRAUTRE SKS	TORSADES PETIT EPRAUTRE	PATES ALIMENTAIRES AU PETIT EPRAUTRE		Gluten	100g	1457	344	1,8	0,3	70	4,2	5,0	12	0					
Vrac riz	RIZ CAMARGUE LONG BLANC SKS	RIZ BLANC DE CAMARGUE	RIZ BLANC DE CAMARGUE	Riz de camargue* 100%		Aucun	100g	1471	348	1,2	0,4	77	0,2	1,0	6,7	0					
Vrac riz	020884	RIZ CAMARGUE LONG BLANC SKS	RIZ DEMI COMPLET DE CAMARGUE	RIZ DEMI COMPLET DE CAMARGUE		Aucun	100g	1483	350	2	0,6	75	0,6	1,9	6,8	0					
Vrac riz																					
Vrac riz	020632	RIZ THAI 1/2 COMPLET 5 KG	RIZ THAI DEMI-COMPLET	RIZ THAI DEMI-COMPLET		Aucun	100g	1600	378	2,4	0,2	78	0,1	4,0	9,5	0					
Vrac riz	020677	RIZ LONG 1/2 COMPLET 5 KG	RIZ LONG DEMI-COMPLET	RIZ LONG DEMI-COMPLET		Aucun	100g	2460	344	3,0	< 0,5	75	0,5	2,5	7,5	0					
Vrac riz																					
Vrac riz	020681	MELANGE RIZ SAUVAGE SKS	MELANGE RIZ SAUVAGE	MELANGE RIZ SAUVAGE	Riz long grain parfumé complet*, riz long grain rouge complet*, riz long grain noir* "avocat"	Aucun	100g	1517	363	2,0	0,4	74	0,2	4,6	10	0					
Vrac riz	020681	RIZ LONG COMPLET SKS	RIZ LONG COMPLET	RIZ LONG COMPLET	Riz basmati long grain*	Aucun	100g	1517	357	1,2	0,2	75	0,6	0,7	4,5	0,3					
Vrac riz	020718	RIZ THAI BLANC SKS	RIZ THAI BLANC	RIZ THAI BLANC	Riz Thai bone grain*	Aucun	100g	1462	344	0,7	0,2	77	0,1	1,5	7,0						
Vrac riz	020719	RIZ ROND COMPLET SKS	RIZ ROND COMPLET	RIZ ROND COMPLET	Riz rond*	Aucun	100g	1602	378	3,3	0,5	78	0,1	3,5	8,0	0,02					
Vrac riz	020744	RIZ BASMATE COMPLET SKS	RIZ BASMATE COMPLET	RIZ BASMATE COMPLET	Riz basmati complet*	Aucun	100g	1499	354	2,9	0,7	70	0,3	5,4	9,3	0,02					
Vrac riz	020746	RIZ BASMATE DEMI-COMPLET SKS	RIZ BASMATE DEMI-COMPLET	RIZ BASMATE DEMI-COMPLET	Riz basmati demi complet*	Aucun	100g	1528	365	1,9	0,7	74	0,3	2,7	11	0					
Vrac riz	020748	RIZ POUR RISOTTO BLANC SKS	RIZ POUR RISOTTO	RIZ POUR RISOTTO	Riz rizotto blanc*	Aucun	100g	1481	350	0,6	< 0,3	78	0,3	1,4	7,4	0,1					
Vrac riz	020750	RIZ ROND BLANC SKS	RIZ ROND BLANC	RIZ ROND BLANC	Riz rond blanc*	Aucun	100g	1480	348	0,7	0,3	79	0,4	1,4	7,2	0,02					
Vrac riz	020753	RIZ BASMATE BLANC SKS	RIZ BASMATE BLANC	RIZ BASMATE BLANC	Riz basmati blanc*	Aucun	100g	1491	352	0,7	0,2	78	0,3	1,0	8,2	0,02					
Vrac riz	020818	RIZ BASMATE BLANC SKS	RIZ BASMATE BLANC	RIZ BASMATE BLANC	Riz basmati blanc*	Aucun	100g														
Vrac semoule / couscous / boules	020700	BOULGOUR GROS 5 KG	BOULGOUR GROS	BOULGOUR GROS	Riz de riz*	Gluten	100g	1484	351	2,0	0,3	67	1,6	7,5	13	0,03					
Vrac semoule / couscous / boules	020619	COUCOUS COMPLAT 5 KG	COUCOUS COMPLAT	COUCOUS COMPLAT	semoule de riz du complat*	Gluten	100g	1451	344	2,0	0,5	64	2,0	0,0	11	0					
Vrac semoule / couscous / boules	020716	COUCOUS BLANC SKS	COUCOUS BLANC	COUCOUS BLANC	semoule de riz du blanc*	Gluten	100g	1451	344	2,0	0,4	67	4,0	5,0	12	0					
Vrac semoule / couscous / boules	020720	POLENTA CUSSION RAPIDE 5KG	POLENTA	POLENTA	semoule de maïs*	Aucun	100g	1497	353	1,7	0,3	74	0,6	4,0	8,4	0					
Vrac sucres	020214	SUCRE DE CANNE BLOND 5KG	SUCRE DE CANNE BLOND	SUCRE DE CANNE BLOND	sucré de canne blond confit*	Aucun	100g	1200	400	0	0	200	0	0	0	0					
Vrac sucres	020206	SUCRE DE CANNE BLOND 2KG	X	X	sucré de canne non raffiné*	Aucun	100g	1200	400	0	0	200	0	0	0	0					
Vrac sucres	020151	SUCRE DE COCO 10KG	SUCRE FLEUR DE COCO	SUCRE FLEUR DE COCO	sucré de sève de fleurs de cocotier* 100% (Cocos nucifera).	Aucun	100g	1615	386	0,5	>0,1	95	0,6	1,1	0,31						
Vrac sucres	020151	SUCRE DE COCO 10KG	SUCRE DE CANNE COMPLET	SUCRE DE CANNE COMPLET	sucré de canne complet non raffiné*	Aucun	100g	1170	324	0	0	36	0	0	0,7	0	82,0mg (soit 12% des VNR)	12 mg (soit 12% des VNR)			
Vrac sucres	020151	SUCRE DE COCO 10KG	SUCRE DE CANNE COMPLET	SUCRE DE CANNE COMPLET	sucré de canne complet non raffiné*	Aucun	100g	1170	324	0	0	36	0	0	0,7	0	0,34 mg (soit 5% des VNR)	3,1mg (soit 5% des VNR)			

Une cuillère à soupe par tasse (7 à 10g).  
Idéal pour une machine à café en grains.  
Utiliser de préférence une eau faiblement minéralisée.