

*frites (petite portion)*

	POUR 100G	PAR PRODUIT	APPORT DE RÉFÉRENCE (AR*)
Énergie	1210kJ 289kcal	968kJ 231kcal	12% 12%
Matières grasses	14g	11g	16%
dont acides gras saturés	1.3g	1g	5%
Glucides	36g	29g	11%
dont sucres	0.3g	0.3g	0%
Fibres	3.5g	2.8g	
Protéines	3.4g	2.8g	6%
Sel	0.47g	0.37g	6%

*ketchup (10 mL)*

	POUR 100G	PAR PRODUIT	APPORT DE RÉFÉRENCE (AR*)
Énergie	488kJ 115kcal	56kJ 13kcal	1% 1%
Matières grasses	0.2g	0g	0%
dont acides gras saturés	0g	0g	0%
Glucides	26g	2.9g	1%
dont sucres	21g	2.4g	3%
Fibres	1.9g	0.2g	
Protéines	1.6g	0.2g	0%
Sel	2g	0.2g	3%

*big mac*

	POUR 100G	PAR PRODUIT	APPORT DE RÉFÉRENCE (AR*)
Énergie	972kJ 232kcal	2106kJ 503kcal	25% 25%
Matières grasses	12g	25g	36%
dont acides gras saturés	4.5g	9.7g	49%
Glucides	19g	42g	16%
dont sucres	3.9g	8.5g	9%
Fibres	1.4g	3.1g	
Protéines	12g	26g	52%
Sel	1g	2.2g	37%

*Coca (petit de 25 cl)*

	POUR 100G	PAR PRODUIT	APPORT DE RÉFÉRENCE (AR*)
Énergie	173kJ 41kcal	439kJ 107kcal	5% 5%
Matières grasses	0g	0g	0%
dont acides gras saturés	0g	0g	0%
Glucides	10g	27g	10%
dont sucres	10g	27g	30%
Fibres	0g	0g	
Protéines	0g	0g	0%
Sel	0g	0g	0%

\* AR : apport de référence quotidien pour un adulte