

Petit pot chocolat

INDUSTRIEL vs MAISON

Comparez, choisissez, savourez en toute conscience !

SANS SUCRES AJOUTÉS

TABLEAU COMPARATIF

PETIT POT CHOCOLAT LA LAITIÈRE (INDUSTRIEL)



PETIT POT CHOCOLAT MAISON (SANS SUCRES AJOUTÉS)



LISTE D'INGRÉDIENTS

- Lait écrémé réhydraté
- Crème (lait)
- Sucre
- Chocolat en poudre 4,2%
- Cacao maigre en poudre
- Amidon modifié
- Jaune d'œuf
- Arômes naturels
- Lait concentré sucré
- Émulsifiant : lécithines (soja)
- Sel



À RETENIR

Beaucoup d'ingrédients et d'additifs, avec **15,0 g de sucres ajoutés** dans la recette.

LISTE D'INGRÉDIENTS

- Lait entier
- Crème liquide entière
- Jaunes d'œufs
- Chocolat noir



À RETENIR

Seulement **4 ingrédients** simples, sans sucres ajoutés, ni additifs. Un plaisir sain et gourmand !

NOMBRE D'INGRÉDIENTS

11

VS

NOMBRE D'INGRÉDIENTS

4

TABLEAU NUTRITIONNEL (pour 100 g)

LA LAITIÈRE (INDUSTRIEL)		MAISON (SANS SUCRES AJOUTÉS)	
141 kcal / 589 kJ		Énergie	245 kcal / 1026 kJ
6,4 g		Matières grasses	18,7 g
4,2 g		dont acides gras saturés	11,4 g
18,6 g		Glucides	9,2 g
15,0 g		dont sucres	7,2 g*
1,2 g		Fibres alimentaires	1,8 g
2,7 g		Protéines	4,5 g
0,11 g		Sel	0,05 g

* Sucres naturellement présents issus du chocolat et du lait.



Moins de sucres, moins d'additifs, plus de naturel :
le choix d'un plaisir gourmand et bienveillant pour votre santé !

REJOIGNEZ-NOUS !



Retrouvez toutes nos
fiches et conseils sur
juinsanssucresajoutes.org



sos hépatites
Fédération
Hépatites & Maladies du foie

