

Tableau des valeurs nutritives Presse Café | automne 2012

	Poids (g)	Calories	Lipides (g)	Gras saturés (g)	Gras trans (g)	Cholestérole (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%VQ)	Vitamine C (%VQ)	Calcium (%VQ)	Fer (%VQ)
Wraps															
Dinde et poivrons rouges	113	283	11	5	0	36	918	31	2	1	17	15	16	15	33
Méditerranéo	109	244	9	4	0	18	552	31	3	0	8	6	9	11	39
Thon et olives	165	347	17	2	0	15	493	32	3	0	15	20	40	5	80
Poulet et avocat	152	350	12	5	0,2	70	376	29	2	0	29	9	5	13	83
Saumon fumé	110	265	14	6	0	31	589	29	2	2	14	1	0	2	37
Presswiches															
Poulet et tomates séchées	177	414	17	5	0,2	83	465	26	4	3	38	12	8	15	57
Saumon fumé	126	215	11	5	0	31	584	23	3	2	16	7	1	6	2
Légumes grillés et provolone	179	411	20	7	0,3	19	501	37	6	2	15	21	28	26	28
Jambon et fromage suisse	139	366	16	6	0,1	47	969	37	4	2	21	2	4	5	8
Poulet tahini	181	391	14	3	0	69	362	62	4	0	32	0	3	11	70
Trois péchés laitiers	210	627	39	20	1	83	914	37	5	4	33	41	5	84	45
Club sandwich	226	450	16	6	0,1	89	733	36	5	1	42	10	4	14	34
Champignons et chèvre	191	385	20	7	0,3	30	780	41	6	4	13	14	10	6	72
Rôti de bœuf et suisse	196	410	17	8	0,1	77	599	28	4	1	37	8	2	13	42
Prosciutto et bocconcini	211	509	26	12	0,4	82	1723	31	4	1	36	13	7	23	38
Sandwiches classiques															
Poulet, poivron et dijon	110	206	7	1	0	20	681	26	2	0	12	9	25	4	40
Poulet classique	173	453	23	3	0,1	76	636	29	0	0	32	8	5	15	29
Jambon et fromage	139	284	10	5	0,1	40	1268	31	2	1	20	6	0	12	26
Thon, olives et céleri	100	210	8	1	0	11	490	27	2	0	8	2	3	4	40
Cafés spécialisés															
Freddo Espresso	16 oz	50	0	0	0	0	0	13	0	13	0	0	0	0	0
Freddo Cappuccino	16 oz	144	4	2,2	0,1	14	79	21	0	20	7	11	0	22	0
Freddo Caramel	16 oz	231	7	3,7	0,1	22	64	36	1	23	8	12	0	27	0
Freddo Chocolat noir	16 oz	204	5	2,2	0,1	14	94	34	2	30	8	11	0	22	15

L'information nutritionnelle est calculée à l'aide de l'information nutritionnelle fournie par les emballages des produits utilisés ou par les valeurs nutritives fournies par Santé Canada. Presse Café essaie de fournir l'information la plus précise possible. Les portions peuvent différer de celles servant au calcul de l'information nutritionnelle. Les données sont arrondies selon les lignes directrices de L'Agence canadienne d'inspection des aliments. Les données sur les vitamines et les minéraux se rapportent aux pourcentages de valeurs quotidiennes recommandées au Canada pour un régime quotidien de 2000 calories.