



Sauces industrielles:

Lesquelles sont les plus piégeuses?

Moutarde

160Kcal/100g

Sel élevé
5,7g

Graisses - 12g
Sucre - 2,3g

Sauce blanche

300Kcal/100g

Gras élevé
26g

Sel - 1,4g
Sucre - 7g

Ketchup

100Kcal/100g

Sucre élevé
23g

Graisses - 0,1g
Sel - 1,8g

Sauce barbecue

140Kcal/100g

Sucre élevé
29g

Graisses - 0,2g
Sel - 1,2g

Mayonnaise

650Kcal/100g

Gras élevé
70g

Sel - 1,8g
Sucre - 1,5g

Sauce algérienne

460Kcal/100g

Gras élevé
42g

Sel - 1,2g
Sucre - 16g

