

**BŒUF BOURGUIGNON,
PÂTES ET LÉGUMES**

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (350 g) / Per 1 tray (350 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 298	
Lipides / Fat 10,5g	16 %
saturés / Saturated 2,6g	14 %
+ trans / Trans 0,18g	
Cholestérol / Cholesterol 57mg	
Sodium / Sodium 438 mg	18 %
Glucides / Carbohydate 29g	10 %
Fibres / Fibre 4g	18 %
Sucres / Sugars 5g	
Protéines / Protein 24g	
Vitamine A / Vitamin A	35 %
Vitamine C / Vitamin C	35 %
Calcium / Calcium	5 %
Fer / Iron	26 %

**BOULETTES DE PORC À LA CHINOISE,
RIZ ET LÉGUMES**

Nutrition Facts Valeur nutritive	
Serving Size (350 g) / Portion (350 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 525	
Fat / Lipides 21 g	31,5 %
Saturated / saturés 7 g	35 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 70mg	
Sodium / Sodium 1995 mg	79 %
Carbohydrate / Glucides 59,5 g	21 %
Fibre / Fibres 3,5 g	14 %
Protein / Protéines 24,5 g	
Vitamin A / Vitamine A	7 %
Vitamin C / Vitamine C	7 %
Calcium / Calcium	7 %
Iron / Fer	28 %
Not a significant source of sugars.	
Source négligeable de sucres.	

**CANNELLONI À LA VIANDE,
SAUCE TOMATE**

Nutrition Facts Valeur nutritive	
Serving Size (350 g) / Portion (350 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 560	
Fat / Lipides 21 g	31,5 %
Saturated / saturés 7 g	35 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 210 mg	
Sodium / Sodium 1330 mg	56 %
Carbohydrate / Glucides 56 g	17,5 %
Fibre / Fibres 3,5 g	14 %
Protein / Protéines 35 g	
Calcium / Calcium	87,5 %
Iron / Fer	28 %
Not a significant source of sugars, vitamin A or vitamin C.	
Source négligeable de sucres, vitamine A et vitamine C.	

**CIGARES AU CHOU, PURÉE DE
POMMES DE TERRE ET LÉGUMES**

Nutrition Facts Valeur nutritive	
Serving Size (425 g) / Portion (425 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 286	
Fat / Lipides 8,5g	13 %
Saturated / saturés 3 g	15 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 39mg	
Sodium / Sodium 850 mg	36 %
Carbohydrate / Glucides 38g	12 %
Fibre / Fibres 7g	28 %
Sugars / Sucres 3g	
Protein / Protéines 15g	
Vitamin A / Vitamine A	193 %
Vitamin C / Vitamine C	46 %
Calcium / Calcium	5 %
Iron / Fer	14 %

FILET DE POISSON EN SAUCE, RIZ ET LÉGUMES

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (420 g) / Per 1 tray (420 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 370	
Lipides / Fat 5 g	8 %
saturés / Saturated 0,5 g + trans / Trans 0 g	3 %
Cholestérol / Cholesterol 85 mg	
Sodium / Sodium 380 mg	16 %
Glucides / Carbohydrate 51 g	17 %
Fibres / Fibre 3 g	12 %
Sucres / Sugars 4 g	
Protéines / Protein 28 g	
Vitamine A / Vitamin A	8 %
Vitamine C / Vitamin C	20 %
Calcium / Calcium	10 %
Fer / Iron	25 %

HAMBURGER STEAK, PURÉE DE POMMES DE TERRE ET LÉGUMES

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (475 g) / Per 1 tray (475 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 580	
Lipides / Fat 27 g	42 %
saturés / Saturated 10 g + trans / Trans 1,5 g	58 %
Cholestérol / Cholesterol 100 mg	
Sodium / Sodium 1770 mg	74 %
Glucides / Carbohydrate 46 g	15 %
Fibres / Fibre 5 g	20 %
Sucres / Sugars 5 g	
Protéines / Protein 35 g	
Vitamine A / Vitamin A	20 %
Vitamine C / Vitamin C	40 %
Calcium / Calcium	10 %
Fer / Iron	40 %

JAMBON À L'ANANAS, PURÉE DE POMMES DE TERRE ET LÉGUMES

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (400 g) / Per 1 tray (400 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 450	
Lipides / Fat 12 g	18 %
saturés / Saturated 3 g + trans / Trans 0 g	15 %
Cholestérol / Cholesterol 85 mg	
Sodium / Sodium 1530 mg	64 %
Glucides / Carbohydrate 67 g	22 %
Fibres / Fibre 5 g	20 %
Sucres / Sugars 41 g	
Protéines / Protein 20 g	
Vitamine A / Vitamin A	15 %
Vitamine C / Vitamin C	45 %
Calcium / Calcium	6 %
Fer / Iron	20 %

LANIÈRE DE DINDE À LA PROVENÇALE, RIZ ET LÉGUMES

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (350 g) / Per 1 tray (350 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 340	
Lipides / Fat 9 g	14 %
saturés / Saturated 1 g + trans / Trans 0 g	5 %
Cholestérol / Cholesterol 50 mg	
Sodium / Sodium 530 mg	22 %
Glucides / Carbohydrate 45 g	15 %
Fibres / Fibre 4 g	16 %
Sucres / Sugars 6 g	
Protéines / Protein 18 g	
Vitamine A / Vitamin A	15 %
Vitamine C / Vitamin C	45 %
Calcium / Calcium	8 %
Fer / Iron	30 %

**LASAGNE À LA VIANDE
GRATINÉE**

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (400 g) / Per 1 tray (400 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 530	
Lipides / Fat 18 g	28 %
saturés / Saturated 9 g	48 %
+ trans / Trans 0,5 g	
Cholestérol / Cholesterol 65 mg	
Sodium / Sodium 1140 mg	48 %
Glucides / Carbohydate 59 g	20 %
Fibres / Fibre 6 g	24 %
Sucres / Sugars 11 g	
Protéines / Protein 37 g	
Vitamine A / Vitamin A	45 %
Vitamine C / Vitamin C	20 %
Calcium / Calcium	60 %
Fer / Iron	25 %

LASAGNE VÉGÉTARIENNE

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (400 g) / Per 1 tray (400 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 490	
Lipides / Fat 14 g	22 %
saturés / Saturated 7 g	36 %
+ trans / Trans 0,2 g	
Cholestérol / Cholesterol 45 mg	
Sodium / Sodium 1200 mg	50 %
Glucides / Carbohydate 61 g	20 %
Fibres / Fibre 7 g	28 %
Sucres / Sugars 12 g	
Protéines / Protein 32 g	
Vitamine A / Vitamin A	50 %
Vitamine C / Vitamin C	25 %
Calcium / Calcium	60 %
Fer / Iron	25 %

**PAIN DE VIANDE SAUCE TOMATE,
PURÉE DE POMMES DE TERRE
ET LÉGUMES**

Nutrition Facts Valeur nutritive	
Serving Size (400 g) / Portion (400 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 480	
Fat / Lipides 28 g	44 %
Saturated / saturés 12 g	60 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 160 mg	
Sodium / Sodium 800 mg	32 %
Carbohydrate / Glucides 32 g	12 %
Fibre / Fibres 4 g	16 %
Sugars / Sucres 4 g	
Protein / Protéines 24 g	
Vitamin A / Vitamine A	8 %
Vitamin C / Vitamine C	60 %
Calcium / Calcium	8 %
Iron / Fer	40 %

PÂTÉ CHINOIS

Nutrition Facts Valeur nutritive	
Serving Size (400 g) / Portion (400 g)	
Servings Per Container	
Portions par contenant	
Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories 360	
Fat / Lipides 14 g	20 %
Saturated / saturés 4 g	20 %
+ Trans / trans 0 g	
Cholesterol / Cholestérol 80 mg	
Sodium / Sodium 560 mg	24 %
Carbohydrate / Glucides 32 g	12 %
Fibre / Fibres 4 g	16 %
Sugars / Sucres 4 g	
Protein / Protéines 24 g	
Vitamin C / Vitamine C	16 %
Iron / Fer	24 %
Not a significant source of vitamin A or calcium. Source négligeable de vitamine A et calcium.	

**SAUCISSES DE PORC ET BŒUF,
POMMES DE TERRE ET LÉGUMES**

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (400 g) / Per 1 tray (400 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 460	
Lipides / Fat 25 g	38 %
saturés / Saturated 11 g + trans / Trans 0 g	55 %
Cholestérol / Cholesterol 65 mg	
Sodium / Sodium 1930 mg	70 %
Glucides / Carbohydrate 43 g	14 %
Fibres / Fibre 6 g	24 %
Sucres / Sugars 7 g	
Protéines / Protein 17 g	
Vitamine A / Vitamin A	30 %
Vitamine C / Vitamin C	40 %
Calcium / Calcium	10 %
Fer / Iron	25 %

**SPAGHETTI SAUCE À
LA VIANDE**

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (350 g) / Per 1 tray (350 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 380	
Lipides / Fat 7 g	11 %
saturés / Saturated 2,5 g + trans / Trans 0,2 g	14 %
Cholestérol / Cholesterol 15 mg	
Sodium / Sodium 570 mg	24 %
Glucides / Carbohydrate 62 g	21 %
Fibres / Fibre 6 g	24 %
Sucres / Sugars 7 g	
Protéines / Protein 17 g	
Vitamine A / Vitamin A	25 %
Vitamine C / Vitamin C	15 %
Calcium / Calcium	15 %
Fer / Iron	25 %

**TORTELLINI AU FROMAGE, SAUCE
ROSÉE**

Valeur nutritive Nutrition Facts	
pour 1 plat (415 g) / Per 1 tray (415 g)	
Teneur Amount	% valeur quotidienne % Daily Value
Calories / Calories 780	
Lipides / Fat 28 g	43 %
saturés / Saturated 15 g + trans / Trans 2,5 g	88 %
Cholestérol / Cholesterol 125 mg	
Sodium / Sodium 1330 mg	55 %
Glucides / Carbohydrate 100 g	33 %
Fibres / Fibre 7 g	28 %
Sucres / Sugars 9 g	
Protéines / Protein 31 g	
Vitamine A / Vitamin A	50 %
Vitamine C / Vitamin C	15 %
Calcium / Calcium	45 %
Fer / Iron	30 %