INFORMATION NUTRITIONNELLE

mmmuffins	Portion (g)	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
mmmuffins®															
Muffin Banane Pépites de Chocolat	113	470	28	3	0.3	50	340	51	2	25	5	4	2	2	15
Muffin Banane Royale	120	490	28	4	0.3	45	320	51	2	23	5	4	15	2	15
Muffin Banane et Yogourt	113	360	16	2	0.2	50	340	49	1	23	5	2	2	2	15
Muffin Bleuets et Pépites de Chocolat	113	460	28	2.5	0.3	45	340	49	2	23	5	4	0	2	15
Muffin au Craquant aux Bleuets	144	570	33	4	0.4	60	410	63	2	27	6	4	2	2	20
Muffin Bleuets et Yogourt	113	350	16	2	0.2	50	340	46	2	21	5	2	0	2	15
Muffin aux Carottes	129	550	30	3	0.3	60	350	67	3	31	6	35	6	8	20
Muffin Carottes et Noix	113	500	24	3	0.2	50	290	56	3	25	7	30	4	8	20
Muffin au Cheddar	143	640	42	11	0.3	95	620	51	1	21	14	4	0	2	15
Muffin aux Pépites de Chocolat et Avoine	113	440	24	2	0.2	45	35	54	2	33	6	2	0	2	10
Muffin au Chocolat Fondant	129	430	19	3.5	0.2	40	520	61	2	29	5	2	0	2	20
Muffin Noix et Chocolat Fondant	117	430	16	3.5	0.1	30	430	52	2	24	6	2	0	2	20
Chocolatey Cappuccino Muffin	131	590	35	5	0.3	55	400	65	3	33	6	4	0	2	25
Muffin à la Farine de Maïs	133	570	34	3.5	0.3	75	310	58	1	17	6	2	0	2	15
Muffin à la Farine de Maïs et Cheddar	128	540	36	8	0.5	90	420	44	1	12	12	2	0	15	15
Muffin Canneberges et Bleuets Sauvages	128	480	29	2.5	0.3	50	360	51	2	22	5	4	4	2	15
Muffin Canneberges et Citron	128	510	30	3.5	0.3	55	360	56	2	25	5	4	6	2	15
Muffin Canneberges et Orange	132	500	30	2.5	0.3	55	370	53	3	21	5	4	20	2	15
Muffin Canneberges et Pêche	113	440	26	2.5	0.3	45	330	46	2	20	5	4	4	2	15
Muffin Canneberges, Pacanes et Graines de Lin	129	350	10	1	0.1	20	630	57	6	28	12	0	10	25	15

mmmuffins	Portion	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
mmmuffins®															
Muffin Pomme Cannelle	145	610	34	3	0.3	60	420	72	2	39	6	4	0	2	20
Muffin Banane et Noix	136	570	36	3.5	0.3	55	400	58	2	26	6	4	2	2	20
Muffin “Gloire du Matin”	113	470	27	3	0.3	45	340	51	2	20	5	20	2	2	15
Muffin Tentation Noix Son	113	440	26	3	0.2	45	320	47	8	22	8	2	0	6	25
Muffin au Son Original	113	410	24	2.5	0.2	55	360	46	7	22	7	2	0	4	20
Muffin à la Pêche	113	460	28	2.5	0.3	50	350	48	1	22	5	4	0	2	15
Muffin Avoine et Pêche	113	380	20	2	0.2	45	40	45	1	26	5	2	0	2	15
Muffin Piña Colada	138	640	39	7	0.3	60	420	67	2	27	6	4	2	2	20
Muffin à la Citrouille	113	510	29	3	0.3	55	330	60	2	29	6	2	2	8	20
Muffin Citrouille et Noix Muffin	136	620	36	3.5	0.3	70	380	69	3	32	8	10	4	10	25
Muffin Avoine, Épices et Raisin	113	430	20	2	0.2	45	35	59	2	24	6	2	2	4	15
Muffin Son et Raisin	113	470	24	2.5	0.2	55	360	63	9	19	7	2	2	6	25
Muffin aux Fraises	113	450	27	2.5	0.3	50	340	46	1	20	5	4	15	2	15
Muffin Fraises et Banane	113	440	26	2.5	0.3	45	330	47	2	21	5	4	10	2	15
Muffin Croustade Tropicale au Ananas	113	490	28	3.5	0.3	50	350	56	1	28	5	4	4	2	15
Muffin aux Fruits des Champs	113	440	27	2.5	0.3	45	340	46	2	20	5	4	8	2	15
Muffin aux Bleuets Sauvages	131	500	30	2.5	0.3	55	370	52	2	24	5	4	2	2	15

INFORMATION NUTRITIONNELLE

mmmuffins	Portion (g)	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
mmmuffins® - Muffin Léger															
Muffin Muffin Léger à la Croustade de Pommes	128	300	2.5	0.5	0	0	470	64	25	32	6	0	2	4	15
Muffin Muffin Léger Pommes, Raisin et Son	113	240	1.5	0.4	0	0	440	57	4	36	4	0	4	4	20
Muffin Muffin Léger Banane et Son	113	340	2.5	0.5	0	0	790	77	7	42	6	0	6	4	25
Muffin Muffin Léger Bleuets et Son	113	350	3	1	0	0	850	79	7	42	6	0	6	0	30
Muffin Muffin Léger au Son	131	300	2	0.5	0	0	630	69	5	41	6	0	4	6	25
Muffin Léger Canneberges et Bleuets Sauvages Muffin	113	230	2	0.5	0	0	440	50	23	23	5	0	4	4	15
Muffin Léger Canneberges, Banane et Avoine	132	260	2	0.5	0	0	15	57	3	32	6	0	6	2	15
Muffin Léger Canneberges, Dattes et Avoine	113	330	2	0.5	0	0	660	77	8	44	5	0	8	6	25
Muffin Léger Canneberges, Citron et Avoine	129	240	1.5	0.5	0	0	15	52	3	28	5	0	8	2	15
Muffin Léger aux Canneberges	131	270	2.5	0.5	0	0	510	57	27	26	5	0	6	4	15
Muffin Léger à la Banane	128	290	2.5	0.5	0	0	450	63	24	32	6	0	4	4	15
Muffin Léger à la Pêche	113	240	2	0.5	0	0	460	51	23	26	5	0	0	4	15
Muffin Léger Ananas et Son	113	240	1.5	0.4	0	0	460	56	4	35	4	0	8	0	20
Muffin Léger Ananas et Avoine	113	240	1.5	0.5	0	0	15	52	2	32	5	0	6	2	10
Muffin Léger Raisin et Son	129	440	3	1	0	0	940	102	8	45	8	0	6	6	35
Muffin Léger Framboise et Pêche	113	220	2	0.5	0	0	420	48	22	23	4	0	8	4	10
Muffin Léger Fraise et Banane	113	240	2	0.5	0	0	440	51	23	25	5	0	10	4	15
Muffin Léger Fraise et Son	113	230	1.5	0.4	0	0	470	52	4	31	4	0	15	6	20
Muffin Léger Fraise et Kiwi	113	240	2	0.5	0	0	450	50	23	24	5	0	25	4	15
Muffin Léger à la Fraise	113	230	2	0.5	0	0	440	49	23	23	5	0	15	4	15
Muffin Léger au Citron de Rêve Tropical	113	280	2	0.5	0	0	440	55	22	29	5	0	6	4	10

mmmuffins	Portion	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
mmmuffins® - Muffin Léger															
Muffin Léger aux Bleuets Sauvages	113	240	2	0.5	0	0	440	51	23	25	5	0	2	4	15
Muffin Léger Graines de Pavot et Orange Savoureuse	128	260	3	1	0	0	480	55	26	24	5	0	30	6	15
Les Bagels de Bruegger's															
Bagel Cannelle et Raisins	115	310	2	0	0	0	480	65	4	10	11	0	0	2	25
Bagel Œuf et Fromage	186	530	20	5	0	280	1090	65	4	7	22	0	0	35	35
Bagel Œuf, Fromage et Bacon	200	600	26	7	0	295	1310	66	4	8	26	0	0	35	35
Bagel Œuf, Fromage et Saucisse	242	750	40	13	0	320	1400	66	4	7	30	0	0	35	40
Bagel Pot-Pourri	117	310	2.5	0	0	0	710	62	4	7	12	0	0	2	25
Fromage aux Fines Herbes et Épices	30	60	5	3	0.1	15	130	3	0	2	2		0	0	0
Fromage à la Crème Légère	30	60	5	3	0.1	15	125	2	0	2	2		0	0	0
Bagel Nature	115	300	2	0	0	0	540	60	4	6	11	0	0	2	25
Bagel Nature avec Beurre	136	450	19	11	0.5	45	650	61	4	7	12	15	0	2	25
Bagel Nature avec Beurre d'Arachides	158	550	23	4	0	0	730	70	6	11	21	0	0	2	30
Bagel Nature avec Beurre d'Arachides et Gelée de Fruits	198	650	23	4	0	0	740	96	6	35	21	0	0	2	30
Fromage à la Crème Nature	158	430	13	7	0	40	660	67	4	9	15	0	0	6	25
Bagel aux graines de Pavot	116	310	2.5	0	0	0	610	61	4	7	12	0	0	2	25
Bagel à la Crème Nature	30	100	9	6	0.3	30	90						0	4	0
Bagel aux graines de Sésame	116	310	3	0	0	0	610	60	4	7	12	0	0	2	50
Bagel à la Crème aux Fraises	30	90	7	4.5	0.2	20	95	6	0	5	1		0	0	0
Bagel au Blé	115	320	3.5	0.4	0	0	570	61	7	7	13	0	0	2	25

INFORMATION NUTRITIONNELLE

mmmuffins	Portion (g)	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
Biscuits															
Biscuit Canneberges, Chocolat Blanc et Avoine	64	280	13	8	0.3	45	135	35	2	20	4	8	0	4	6
Chocoblanco-Pacanes	61	290	17	6	0.2	40	110	31	1	19	4	6	0	4	10
Biscuit Canneberges, Chocolat Blanc et Avoine	64	280	13	8	0.3	45	135	35	2	20	4	8	0	4	6
Biscuit Décadent aux trois Chocolats	75	340	16	9	0.3	40	120	48	1	36	4	6	0	6	10
Biscuit Citron et Chocolat Blanc	64	290	13	8	0	40	330	38	0	27	3	6	0	10	6
Biscuit « Macadamia en Folie »	64	310	18	7	0.2	40	115	33	1	20	4	6	0	4	8
Pépites de Chocolat au Lait	64	280	13	8	0.2	40	115	39	1	27	3	6	0	4	10
Biscuit Décadence à l'Avoine	75	350	19	11	0.3	50	280	43	2	27	5	8	0	8	10
Biscuit Avoine et Noix de Coco	61	270	15	10	0.3	45	290	32	2	10	4	10	0	6	8
Biscuit Sensation Mi-Sucré	75	340	16	9	0.2	40	110	47	2	32	4	6	0	4	15
Biscuit Sablé	57	280	16	9	0.4	50	160	32	0	11	2	0	0	0	10
Biscuit au Sucre	28	120	5	1.5	0.5	5	40	17	0	7	1	0	0	0	6
Biscuit Java Triple Chocolat	57	240	11	6	0.2	40	120	35	1	23	3	0	0	4	10
Biscuit Ultime à l'Avoine	61	250	10	6	0.3	45	270	35	2	20	4	8	0	6	8
Chocolat-laaaà	60	260	13	8	0.2	45	120	34	1	20	4	8	0	4	10
Pâtisseries															
Galette aux Bleuets	131	270	8	2	2	10	720	44	2	7	6	0	2	4	20
Galette Bleuets Canneberges	113	230	6	1.5	1.5	0	630	39	2	5	5	0	4	2	15
Galette aux Bleuets	131	270	8	2	2	10	720	44	2	7	6	0	2	4	20
Galette Bleuets et Chocolat Blanc	113	280	9	3.5	1.5	5	620	43	2	12	5	0	2	4	15
Galette Brocoli et Cheddar	113	280	10	3.5	2	15	760	40	2	5	8	0	20	8	20

mmmuffins	Portion	Calories	Lipides (g)	Lipides Saturés (g)	Lipides Trans (g)	Cholestérol (mg)	Sodium (mg)	Glucides (g)	Fibres (g)	Sucres (g)	Protéines (g)	Vitamine A (%)	Vitamine C (%)	Calcium (%)	Fer (%)
Pâtisseries															
Galette Pacanes et Caramel Écossais	113	350	16	6	2	5	670	47	2	15	6	0	0	6	20
Galette aux Cheddar	133	370	15	7	2.5	35	970	48	1	5	12	0	0	4	20
Galette Cheddar et Oignons Verts	113	290	10	3.5	2	10	780	41	2	5	8	0	4	10	20
Galette à l'Orange	113	250	7	2	2	0	700	41	2	6	5	0	15	4	20
Galette Authentique	113	300	9	2	2.5	5	860	48	1	5	7	0	0	4	20
Galette aux Raisin	133	360	8	2	2	10	740	68	3	5	7	0	25	4	25
Galette Framboise et Chocolat Blanc	113	280	9	3.5	1.5	5	620	43	2	11	5	0	10	6	15
Galette Épinards et Féta	131	280	8	2.5	2	15	820	44	2	5	7	8	25	6	20
Torsade au Fromage	57	160	7	3	1	20	430	21	1	2	5	0	0	6	10
Torsade aux Olives noires et vertes	57	140	5	1	1	10	470	21	1	2	3	0	0	2	10
Torsade Patate et Oignons Verts	57	130	3.5	1	1	10	350	21	1	2	3	0	4	2	10
Torsade Épinards et Féta	57	140	4.5	1.5	1	10	400	21	1	3	4	2	6	4	10