



MEDIC-SYSTEM®



MEDIC-SYSTEM®

□ PANACHE □ CHAMPIGNON □ FINES HERBES □ FROMAGE □ BACON-FROMAGE

MODE DE PRÉPARATION

Préparation instantanée par simple dissolution

- Videz le contenu d'un sachet dans un bol, contenant 90 ml d'eau froide et mélangez au fouet.
- À la poêle antiadhésive : faire cuire quelques minutes jusqu'à l'obtention de la consistance désirée.
- Au four à 180° : verser le mélange dans un ramequin et laisser cuire pendant 15 minutes.

INFORMATIONS GÉNÉRALES

- 64 à 82 % de l'énergie est fournie par des protéines de haute valeur biologique.
- 6 à 9 % de l'énergie est fournie par des glucides lents.
- 9 à 30 % de l'énergie est fournie par les lipides.

AVIS IMPORTANT

Sous contrôle médical, cet aliment constitue une source partielle ou exclusive de protéines dans le cadre d'une prescription diététique appropriée.

POUR LES BESOINS NUTRITIONNELS EN CAS DE SURCHARGES PONDERALES.



3 760064 930435
Fabriqué en FRANCE
distribué par MEDIC-SYSTEM - code EMB 53 125

Omelettes



MEDIC-SYSTEM®

PANACHAGE DES QUATRE ARÔMES D'OMELETTES

APPORTS NUTRITIONNELS EN MOYENNE POUR UN SACHET :

EN MOYENNE	Champignons (27g)	Fines Herbes (26g)	Fromage (28g)	Bacon-Fromage (28g)
VALEUR ÉNERGETIQUE :	108 Kcal (457 kJ)	104 Kcal (440 kJ)	113 Kcal (476 kJ)	110 Kcal (463 kJ)
Protides :	18,40 g	18,20 g	19,30 g	18,80 g
Glucides :	1,50 g	0,90 g	1,50 g	1,90 g
dont sucres :	0,90 g	0,10 g	1,10 g	1,00 g
Lipides :	3,20 g	3,00 g	3,30 g	3,00 g
dont acides gras saturés :	1,00 g	0,90 g	1,00 g	0,90 g
Fibres Alimentaires :	0,10 g	0,30 g	0,10 g	0,10 g
Sodium :	610,00 mg	585,00 mg	655,00 mg	665,00 mg
Potassium :	195,00 mg	130,00 mg	225,00 mg	215,00 mg
Vitamine A :	86,40 µg	83,20 µg	89,60 µg	89,60 µg
Vitamine D :	0,54 µg	0,52 µg	0,56 µg	11 % A.J.R.
Vitamine K :	3,78 µg	3,64 µg	3,92 µg	8 % A.J.R.
Vitamine E :	1,08 mg	1,04 mg	1,12 mg	11 % A.J.R.
Vitamine C :	6,48 mg	6,24 mg	6,72 mg	11 % A.J.R.
Vitamine B1 :	0,16 mg	0,16 mg	0,17 mg	12 % A.J.R.
Vitamine B2 :	0,16 mg	0,16 mg	0,17 mg	12 % A.J.R.
Vitamine PP :	1,94 mg	1,87 mg	2,02 mg	11 % A.J.R.
Vitamine B6 :	0,22 mg	0,21 mg	0,22 mg	11 % A.J.R.
Ac. Folique :	21,60 µg	20,80 µg	22,40 µg	11 % A.J.R.
Vitamine B12 :	0,11 µg	0,10 µg	0,11 µg	11 % A.J.R.
Biotine :	16,20 µg	15,60 µg	16,20 µg	11 % A.J.R.
Ac. Panthothénique :	0,65 mg	0,62 mg	0,67 mg	11 % A.J.R.
Calcium :	70 mg (9% A.J.R.)	70 mg (9% A.J.R.)	120 mg (15% A.J.R.)	105 mg 13 % A.J.R.
Phosphore :	105 mg (13% A.J.R.)	105 mg (13% A.J.R.)	130 mg (19% A.J.R.)	135 mg 19 % A.J.R.
Magnésium :	23,09 mg	22,83 mg	23,35 mg	23,09 mg 8 % A.J.R.
Fer :	0,47 mg	0,46 mg	0,49 mg	0,49 mg 4 % A.J.R.
Zinc :	0,47 mg	0,46 mg	0,49 mg	0,49 mg 4 % A.J.R.
Cuivre :	56,70 µg	54,60 µg	58,60 µg	58,60 µg
Iode :	6,14 µg	5,92 µg	6,37 µg	6,37 µg 4 % A.J.R.
Sélénium :	2,36 µg	2,28 µg	2,45 µg	2,45 µg
Manganèse :	48,60 µg	46,80 µg	49,00 µg	49,00 µg
Chrome :	1,18 µg	1,14 µg	1,23 µg	1,23 µg
Molybdène :	3,31 µg	3,19 µg	3,43 µg	3,43 µg

APPORTS NUTRITIONNELS EN MOYENNE POUR 100 g :

EN MOYENNE	Champignons	Fines Herbes	Fromage	Bacon-Fromage
VALEUR ÉNERGETIQUE :	401 Kcal (1.692 kJ)	402 Kcal (1.692 kJ)	404 kcal (1.700 kJ)	392 kcal (1.654 kJ)
Protides :	68,00 g	70,00 g	69,00 g	67,00 g
Glucides :	5,70 g	3,50 g	5,20 g	6,80 g
dont sucre :	3,30 g	0,40 g	3,90 g	3,70 g
Lipides :	11,70 g	11,50 g	11,80 g	10,70 g
dont acides gras saturés :	3,50 g	3,50 g	3,50 g	3,30 g
Fibres Alimentaires :	0,50 g	1,30 g	0,40 g	0,40 g
Sodium :	2 250,00 mg	2 250,00 mg	2 340,00 mg	2 370,00 mg
Potassium :	715,00 mg	495,00 mg	795,00 mg	760,00 mg
Vitamine A :	320,00 µg	320,00 µg	320,00 µg	320,00 µg 40% A.J.R.
Vitamine D :	2,00 µg	2,00 µg	2,00 µg	2,00 µg 40% A.J.R.
Vitamine K :	14,00 µg	14,00 µg	14,00 µg	14,00 µg 31% A.N.C.
Vitamine E :	4,00 mg	4,00 mg	4,00 mg	4,00 mg 40% A.J.R.
Vitamine C :	24,00 mg	24,00 mg	24,00 mg	24,00 mg 40% A.J.R.
Vitamine B1 :	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg 43% A.J.R.
Vitamine B2 :	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg	0,60 mg 43% A.J.R.
Vitamine PP :	7,20 mg	7,20 mg	7,20 mg	7,20 mg 40% A.J.R.
Vitamine B6 :	0,80 mg	0,80 mg	0,80 mg	0,80 mg 40% A.J.R.
Ac. Folique :	80,00 µg	80,00 µg	80,00 µg	80,00 µg 40% A.J.R.
Vitamine B12 :	0,40 µg	0,40 µg	0,40 µg	0,40 µg 40% A.J.R.
Biotine :	60,00 µg	60,00 µg	60,00 µg	60,00 µg 40% A.J.R.
Ac. Panthothénique :	2,40 mg	2,40 mg	2,40 mg	2,40 mg 40% A.J.R.
Calcium :	260 mg (32% A.J.R.)	260 mg (32% A.J.R.)	420 mg (52% A.J.R.)	370 mg 47 % A.J.R.
Phosphore :	395 mg (56% A.J.R.)	410 mg (59% A.J.R.)	465 mg (66% A.J.R.)	475 mg 68 % A.J.R.
Magnésium :	86,25 mg	84,25 mg	84,25 mg	82,25 mg 21% A.J.R.
Fer :	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg 13% A.J.R.
Zinc :	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg	1,75 mg 12 % A.J.R.
Cuivre :	210,00 µg	210,00 µg	210,00 µg	210,00 µg
Iode :	22,75 µg	22,75 µg	22,75 µg	22,75 µg 15 % A.J.R.
Sélénium :	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg
Manganèse :	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg	180,00 µg
Chrome :	4,38 µg	4,38 µg	4,38 µg	4,38 µg
Molybdène :	12,25 µg	12,25 µg	12,25 µg	12,25 µg