

ALIMENTS	Albuminoïdes	Graisses	Matières non azotées	Sels
Chou cabrs.....	1,9	0,2	4,87	1,2
Asperges.....	1,8	0,25	2,6	0,5
Petits pois.....	6,0	1,0	12,0	
Haricots verts.....	3,0		7,0	
Epinards.....	3,5	0,6	4,4	2,0
Salades.....	1,46	0,13	1,6	0,8
Champignons frais (moyenne).....	3,0		5,0	
" séchés.....	29,0	2,0	36,0	
FRUITS HUILEUX.				
Amandes.....	24,2	53,7	9,7	2,9
Noix (moyenne).....	15,8	57,4	13,0	2,0
Noisettes.....	17,4	62,6	7,2	2,5
Châtaignes.....	4 à 8	0,8	35,6	1,5
Cacao (non dégraissé).....	13,18	45-49	14,18	
" dégraissé.....	13,76	18,5	24,24	
Chocolat.....	6,18	21,2	54,5	sucré
FRUITS.				
Pommes, poires, prunes fraîches.....			12,0	
" " " séchés.....	2,0		63,0	
Raisins secs.....	2,42		54,56	
Figues sèches.....	4,0		49,8	
Dattes.....	0,2		61,0	