

ALIMENTS	Albuminoïdes	Graisses	Matières non azotées	Sels
Kéfir.....	3,45	alcool 0,75 1,44	sucres 2,41	0,4
Fromages: Gruyère ou Emmenthaler gras.....	25,0	29,75	1,46	4,9
“ “ mi-gras.....	30,0	24,0	2,0	—
“ “ maigre.....	34,0	12,0	3,0	—
Gervais.....	14,32	43,22	—	1,4
Brie et Camembert.....	18,97	25,87	0,8	4,54
Gorgonzola.....	26,0	32,1	0,23	4,0
Hollande.....	28,2	27,8	2,5	4,8
Roquefort.....	25,25	30,6	1,9	5,4
Parmesan.....	41,2	19,5	1,2	6,3
CÉRÉALES ET LEURS FARINES: PAIN				
Blés (grain entier, moyenne).....	12,6	1,4	68,9	1,6
Seigle.....	12,9	2,0	68,1	1,9
Avoine.....	10,66	5,0	58,4	3,3
Farine de froment fine.....	10,0	1,0	75,0	0,5
“ “ mi-fine.....	12,0	1,0	72,0	0,6
“ de seigle.....	11,57	2,0	68,6	1,14
“ d'orge.....	11,4	1,53	71,2	0,6
“ d'avoine.....	9,65	3,8	69,55	1,3
“ de sarrasin.....	8,87	1,5	74,25	1,14
“ de maïs.....	7-12	7-4	60-68	1,1
“ de riz.....	5-6,4	08-4	78-83	0,68
Semoule.....	9,0	1,0	76,0	—
Pain de froment frais.....	7,0-9,3	0,85	46-55	0,6-1
Pain de seigle.....	6,1	0,4	47,0	1,46
Gruau d'avoine.....	13,0	6,0	67,0	—
Zwieback.....	8,0	1,0	75,0	—
Nouilles et macaronis.....	9,0	—	77,0	—
GRAINES DE LÉGUMINEUSES				
Haricots secs (moyenne).....	23,6	2,0	55,6	3,6
Fèves sèches (moyenne).....	24,0	1,5	57,5	2,5
Lentilles sèches.....	26,0	2,0	53,0	—
Pois.....	23,0	2,0	53,0	—
TUBERCULES				
Pomme de terre (moyenne).....	1,3	0,15	20,0	1,0