

LISTE DE produits



Exceptions pour les charcuteries

Choix no 1 :
Choix no 2 :

Sodium
< 400 mg
401 - 720 mg

Même si les portions indiquées sont de 100 g, règle générale une portion de 60 g est suffisante

Critères de sélection - valeurs nutritives : Écoles

Portion 60 g
Choix no 1 :
Choix no 2 :

Gras total
12 g et moins
12 - 16 g

Gras saturés
5 g et moins
5 - 8 g

Sodium
375 mg et moins
376 à 450 mg

*Les produits ci-dessous sont en portions de 100 g mais ont été ramenées à 60 g pour des fins de calculs. Référence : Act Now BC (www.actnowbc.ca)

Critères de sélection - valeurs nutritives : Hôpitaux

Portion 100 g
Choix no 1 :
Choix no 2 :

Gras total
12 g et moins
12 - 16 g et moins

Gras saturés
5 g et moins
5 - 8 g

Sodium
400 mg et moins
401 - 720 mg

	Codes de produit	Description	Mcx/cs	Poids moy/ mcx (g)	Poids/ cs (kg)	Coût portion	Poids de référence (g)	Calories	Gras total (g)	Saturés (g)	Gras trans (g)	Sucre total (g)	Glucides (g)	Protéines (g)	Sodium (mg)	Potassium (mg)	Cholestérol (mg)	ÉCOLES	HÔPITAUX	Allergènes présents *	Intolérances	Commentaires
A) PRODUITS DE POULET																						
1) Découpes de poulet avec os et peau, natures crues																						
1	806 8505	Cuisses de poulet, variable, sans dos	Variable	Variable	5,25		100	188	12	0,98	0,10	0	0	20,13	86	229	80	1	1	Aucun	Aucun	
2	806 8406	Cuisses de poulet, calibrées, sans dos	25	250	± 6,50		100	188	12	0,98	0,10	0	0	20,13	86	229	80	1	1	Aucun	Aucun	
3	806 8405	Cuisses de poulet, calibrées, sans dos	25	208	± 5,90		100	188	12	0,98	0,10	0	0	20,13	86	229	80	1	1	Aucun	Aucun	
4	806 8412	Demi-poitrines de poulet, calibrées, sans dos	25	232	± 5,70		100	112	1,62	0,43	0,03	0	0	22,74	56	287	58	1	1	Aucun	Aucun	
5	806 8512	Demi-poitrines de poulet, variable, sans dos	Variable	Variable	5,25		100	112	1,62	0,43	0,03	0	0	22,74	56	287	58	1	1	Aucun	Aucun	
6	806 8413	Demi-poitrines de poulet, calibrées, sans dos	25	268	6,30		100	112	1,62	0,43	0,03	0	0	22,74	56	287	58	1	1	Aucun	Aucun	
7	706 2381	Poitrines de poulet, variable	Variable	Variable	4		100	137	7,63	2,19	0,09	0	0	17,2	390	181	53	1	1	Aucun	Aucun	
2) Découpes de poulet désossées, sans peau crues																						
8	806 8424	Poitrines de poulet, natures	50	120	± 6		100	112	1,62	0,43	0,03	0	0	22,74	56	287	58	1	1	Aucun	Aucun	
9	806 8420	Poitrines de poulet, natures	60	81	5		100	112	1,62	0,43	0,03	0	0	22,74	56	287	58	1	1	Aucun	Aucun	
10	806 8423	Poitrines de poulet, assaisonnées, en plateaux (12 mcx x 5 étages)	60	112	± 7		100	88	1,05	0,28	0,02	0	0	19,63	453,12	216,8	49,31	1	2	Aucun	MSG	
11	706 2349	Poitrines de poulet, assaisonnées	17	227	4		100	97	2,7	0,8	0	1,7	2,19	13,4	380	400	51,9	1	1	Aucun	Aucun	
12	706 2348	Poitrines de poulet, assaisonnées	22	170	4		100	97	2,7	0,8	0	1,7	2,19	13,4	380	400	51,9	1	1	Aucun	Aucun	
13	706 2347	Poitrines de poulet, assaisonnées, Village	26	142	4		100	97	2,7	0,8	0	1,7	2,19	13,4	380	400	51,9	1	1	Aucun	Aucun	
14	706 2314	Poitrines de poulet, assaisonnées	26	142	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
15	706 2319	Poitrines de poulet, assaisonnées	19	200	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
16	706 2318	Poitrines de poulet, assaisonnées	22	170	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
17	706 2310	Poitrines de poulet, assaisonnées	32	113	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
18	706 2320	Poitrines de poulet, assaisonnées	Variable	Variable	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
19	706 2350	Poitrines de poulet, assaisonnées, Village	Variable	Variable	4		100	97	2,7	0,8	0	1,7	2,19	13,4	380	400	51,9	1	1	Aucun	Aucun	
20	706 2308	Poitrines de poulet, assaisonnées, Village	Variable	Variable	8		100	97	2,7	0,8	0	1,7	2,19	13,4	380	400	51,9	1	1	Aucun	Aucun	
21	706 2317	Poitrines de poulet, Papillon, assaisonnées	17	227	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
22	706 2316	Poitrines de poulet, Papillon, assaisonnées	22	170	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
23	706 2312	Poitrines de poulet, Papillon, assaisonnées	19	200	4		100	85	1,5	0,4	0	0	0,9	17	360	470	48,8	1	1	Aucun	Aucun	
24	706 2307	Filets de poitrine de poulet, assaisonnés	Variable	Variable	4		100	90	1	0,3	0	0	0	20	430	170	60	1	2	Aucun	Aucun	
25	806 8448	Morceaux de hauts de cuisses de poulet, natures	Variable	Variable	5		100	127	5,09	1,30	0	0	0	19,06	86	231	83	1	1	Aucun	Aucun	
3) Cubes, morceaux, grillades de poulet cuits																						
26	816 8122	Cubes de poulet, viande blanche (½")	Variable	Variable	4		100	139	1,3	0,17	0,1	0	0	31,81	39,1	123	62,7	1	1	Aucun	Aucun	
27	816 8123	Cubes de poulet, viande blanche (¾")	Variable	Variable	4		100	139	1,3	0,17	0,1	0	0	31,81	39,1	123	62,7	1	1	Aucun	Aucun	
28	716 1900	Cubes de poulet, viande majoritairement brune (¾")	Variable	Variable	4		100	158	4,38	1,32	0,1	0	0	29,59	54,2	N/D	88,5	1	1	Aucun	Aucun	
29	716 1300	Cubes de poulet, viande majoritairement brune (½")	Variable	Variable	4		100	158	4,38	1,32	0,1	0	0	29,59	54,2	N/D	88,5	1	1	Aucun	Aucun	
30	816 8347	Cubes de poulet, proportion naturelle (¾")	Variable	Variable	4		100	149	3,13	0,96	0,1	0	0	30,14	50,4	N/D	79,8	1	1	Aucun	Aucun	
31	816 8341	Cubes de poulet, proportion naturelle (½")	Variable	Variable	4		100	149	3,13	0,96	0,1	0	0	30,14	50,4	N/D	79,8	1	1	Aucun	Aucun	
32	816 8335	Morceaux de poulet, proportion naturelle	Variable	Variable	4		100	149	3,13	0,96	0,1	0	0	30,14	50,4	N/D	79,8	1	1	Aucun	Aucun	
33	816 8332	Morceaux de poulet, viande blanche	Variable	Variable	4		100	139	1,3	0,17	0,1	0	0	31,81	39,1	N/D	62,7	1	1	Aucun	Aucun	
34	606 0229	Grillades de poitrines de poulet, faible en sodium, marques de gril	52-58	73	4		73	90	2	0,5	0	0	0	18	120	220	95	1	1	Aucun	Aucun	
35	606 0221	Grillades de poitrines de poulet, formées, marques de gril	47 min.	71	3,5		71	90	3,5	1	0	0	0	14	270	140	45	1	1	Aucun	Aucun	
36	606 0235	Grillades de poitrines de poulet, muscle entier, marques de gril	27 - 29	142	4		142	160	3,27	0,99	0	0	0	32,52	544	403	101,4	1	1	Aucun	Aucun	
37	606 0232	Grillades de poitrines de poulet, formées 3D, marques de gril	44 - 47	90	4		90	100	2,5	0,5	0	0	0	19	370	200	50	1	1	Aucun	Aucun	
38	606 0227	Grillades de poitrines de poulet, style « Texan », muscle entier, marques de gril	34 - 39	110	4		110	110	2	0,5	0	2	2	22	570	250	70	1	2	Substances lactières, soya	lactose	
39	806 0219	Grillades de poitrines de poulet, muscle entier, marques de gril	43 min.	85	4		85	96	1,96	0,6	0	0	0	19,5	326	241	60,7	1	1	Aucun	Aucun	
40	606 0236	Grillades de poitrines de poulet, muscle entier, marques de gril	34 - 36	112	4		100	110	2,5	0,5	0	0	0	23	380	280	70	1	1	Aucun	Aucun	
41	706 7148	Poitrines de poulet haché, formé, pour sous-marin	60 min.	65	4		65	100	5	1	0	1	2	11	280	150	40	1	1	Gluten (blé), soya	Gluten	
4) Poulet avec chapelure multigrains, cuits																						
42	801 8454	Pépites de poulet chapelure multigrains	90 - 105	20	2		100	200	7	1,5	0	2	20	13	420	N/D	40	1	2	Gluten (blé, orge, seigle, avoine, triticales), lait, œuf, soya	Gluten et lactose	Source d'Oméga
43	701 1045	Lanières de poulet chapelure multigrains, muscle entier	97 - 105	40	4		80	150	5	1	0	1	17	10	320	N/D	30	1	1	Gluten (blé, orge, seigle, avoine, triticales), lait, œuf, soya	Gluten et lactose	Source d'Oméga
44	701 1144	Lanières de poulet chapelure multigrains	95 - 110	40	4		80	150	5	1	0	1	17	10	320	N/D	30	1	1	Gluten (blé, orge, seigle, avoine, triticales), lait, œuf, soya	Gluten et lactose	Source d'Oméga
45	701 3355	Burger de poulet chapelure multigrains	50	80	4		80	150	5	1	0	1	17	10	320	N/D	30	1	1	Gluten (blé, orge, seigle, avoine, triticales), lait, œuf, soya	Gluten et lactose	Source d'Oméga
5) Poulet saveurs internationales																						
46	606 0214	Lanières de poitrine de poulet, non-assaisonnées, cuites	Variable	Variable	2		100	121	2,8	0,8	0,1	0,8	2,7	23,4	550	264	81	1	2	Soya	Aucun	
47	606 0211	Lanières de poitrine de poulet, assaisonnées, cuites	Variable	Variable	2		100	130	3,4	1	0,1	1,8	2,9	22	644	N/D	79	2	2	Aucun	Aucun	
48	702 1467	Lanières de hauts de cuisses de poulet « Fajitas », crues	Variable	Variable	4		100	135	7,08	2,6	0,09	1,4	1,4	16,4	772	N/D	81,7	2	2	Soya, gluten (blé), sésame, lait	Gluten et lactose	
49	702 1463	Lanières de hauts de cuisses de poulet, saveur orientale, crues	Variable	Variable	4		100	150	8,64	2,62	0,08	1,7	1,7	16,4	402	N/D	85,3	1	1	Soya, gluten (blé), sésame	Gluten	
6) Charcuteries de poulet																						
50	810 8153	Rôtis « Suprême » cuits, désossés, sans peau	3	2 kg	± 6		100	100	3	1	0	1	3	16	1 010	N/D	50	1	2	Aucun	Aucun	Les charcuteries sont en portion de 100 g dans ce tableau mais une portion de 60 g est suffisante.
51	810 8051	Rôtis « Fumé à l'Ancienne » cuits, désossés, sans peau	3	2 kg	± 6		100	100	3	1	0	1	3	16	1 010	N/D	50	1	2	Aucun	Aucun	Les charcuteries sont en portion de 100 g dans ce tableau mais une portion de 60 g est suffisante.

* (Allergènes vérifiés : arachides, noix, graines de sésame, lait, oeuf, grains contenant du gluten (blé, orge, seigle, avoine, épeautre, Kamut, triticales), soya (excluant l'huile de soya raffinée), poisson, crustacé, mollusque, sulfite (max. 10 ppm)

LISTE DE produits



Exceptions pour les charcuteries

Choix no 1 :
Choix no 2 :
Sodium < 400 mg
401 - 720 mg
Même si les portions indiquées sont de 100 g, règle générale une portion de 60 g est suffisante

Critères de sélection - valeurs nutritives : Écoles

Portion 60 g
Choix no 1 :
Choix no 2 :
Gras total 12 g et moins
12 - 16 g
Gras saturés 5 g et moins
5 - 8 g
Sodium 375 mg et moins
376 à 450 mg
*Les produits ci-dessous sont en portions de 100 g mais ont été ramenées à 60 g pour des fins de calculs. Référence : Act Now BC (www.actnowbc.ca)

Critères de sélection - valeurs nutritives : Hôpitaux

Portion 100 g
Choix no 1 :
Choix no 2 :
Gras total 12 g et moins
12 - 16 g et moins
Gras saturés 5 g et moins
5 - 8 g
Sodium 400 mg et moins
401 - 720 mg

	Codes de produit	Description	Mcx/cs	Poids moy/ mcx (g)	Poids/ cs (kg)	Coût portion	Poids de référence (g)	Calories	Gras total (g)	Saturés (g)	Gras trans (g)	Sucre total (g)	Glucides (g)	Protéines (g)	Sodium (mg)	Potassium (mg)	Cholestérol (mg)	ÉCOLES	HÔPITAUX	Allergènes présents *	Intolérances	Commentaires
B) PRODUITS DE DINDON																						
1) Découpes de dindon avec os et peau crues																						
52	626 1109	Poitrines, assaisonnées, cuisson dans le sac	2	7,25 kg	14,50		100	138	6,4	1,74	0,17	0,16	1,17	18,83	52	236	56,55	1	1	Aucun	Aucun	
53	611 1209	Poitrines, sans sel ajouté, cuisson dans le sac	2	5 kg	10		100	160	7	2	0	0	0	22	60	270	65	1	1	Aucun	Aucun	
54	826 8136	Poitrines natures, cuisson dans le sac (mâle)	2	4,5 kg	9		100	160	7	2	0	0	0	22	60	270	65	1	1	Aucun	Aucun	
2) Découpes de dindon, désossées sans peau crues																						
a) Découpes de dindon natures																						
55	820 8183	Demi-poitrines	8	Variable	8		100	100	0,5	0,2	0	0	0	24	50	290	60	1	1	Aucun	Aucun	
56	820 8182	Filets de poitrine	24	Variable	6,5		100	100	0,5	0,2	0	0	0	24	50	290	60	1	1	Aucun	Aucun	
57	820 8532	Escalopes de poitrine	60	Variable	7		100	100	0,5	0,2	0	0	0	24	50	290	60	1	1	Aucun	Aucun	
58	821 8184	Hauts de cuisse	12	Variable	7		100	120	4,5	1,5	0	0	0	20	75	N/D	70	1	1	Aucun	Aucun	
59	821 8185	Hauts de cuisse	Variable	Variable	5		100	128	5,25	1,48	0	0	0	18,93	80	290	84	1	1	Aucun	Aucun	
b) Découpes de dindon Déli-Tendre™, marinées																						
60	820 7182	Filets de poitrine de dindon, Déli-Tendre™	24	Variable	± 7,20		100	80	0,5	0,3	0	0	0	19	680	310	45	2	2	Aucun	Aucun	
61	820 7183	Demi-poitrines Déli-Tendre™	8	1 kg	± 8		100	80	0,5	0,3	0	0	0	19	680	310	45	2	2	Aucun	Aucun	
62	821 8084	Hauts de cuisse Déli-Tendre™	12	Variable	± 7		100	120	7	2,5	0	0	0	15	560	N/D	65	1	2	Aucun	Aucun	
3) Rôtis de dindon																						
a) Rôtis de dindon crus																						
63	811 8141	Rôtis de poitrine et hauts de cuisse, désossés, non-assaisonnés, forme cylindrique (15")	2	4 kg	8		100	113	2,5	0,8	0	0	0	22,2	58	266	76	1	1	Aucun	Aucun	
64	811 8140	Rôtis de poitrine, désossés, non-assaisonnés, sans sel ajouté, forme cylindrique (15")	2	4 kg	8		100	113	1,8	0,5	0	0	0	24,1	48	284	66	1	1	Aucun	Aucun	
65	710 1220	Rôtis de poitrine, cuisson rapide, sans sel ajouté	2	2,5 kg	5		100	90	1,5	2,5	0	0	0	20	60	200	45	1	1	Aucun	Aucun	
b) Rôtis de dindon cuits																						
66	810 6184	Poitrines « Fumées à la Montréalaise » désossées, sans peau	2	1,2 kg	2,40		100	110	2	0,5	0	1	1	21	890	N/D	55	2	2	Aucun	Aucun	Les charcuteries sont en portion de 100 g dans ce tableau mais une portion de 60 g est suffisante.
67	810 6188	Poitrines désossées, sans peau,	6	1,1 kg	6,60		100	100	1	0,4	0	0	0	23	480	200	60	1	2	Aucun	Aucun	
68	710 1216	Rôtis de poitrine sans peau, <i>Village</i>	2	3,7 - 4,0 kg	7,5 - 8		100	100	2	0,5	0	1	1	19	600	230	35	1	2	Aucun	Aucun	
69	710 1212	Rôtis de poitrine sans peau	2	3,7 - 4,0 kg	7,5 - 8		100	90	1	0,4	0	0	0	20	580	230	40	1	2	Aucun	Aucun	
5) Spécialités de dindon																						
70	97272	Dindon haché, extra-maigre, cru	2 sacs	2,5 kg	5		100	141,4	7,80	2,50	0,05	0	0	17,8	83	248	64,2	1	1	Aucun	Aucun	
71	97111	Filet de poitrine de dindon à la Toscane, cuits	28	160 g	± 4		160	160	1	0,3	0	1	5	33	640	N/D	85	1	2	Blé	Gluten	
72	97112	Osso buco de dindon, cuit	20	260 g	± 5,4		100	110	2	0,5	0	1	6	16	410	N/D	70	1	2	Blé	Gluten	
6) Charcuteries de dindon																						
a) Roulés de dindon cuits																						
73	611 1131	Roulés de dindon, « style déli » en forme de roulé	2	4,5 kg	9		100	110	4	1	0	0	2	16	830	N/D	45	1	2	Soya, gluten (blé), lait	Lactose	Les charcuteries sont en portion de 100 g dans ce tableau mais une portion de 60 g est suffisante.
b) Olycatessen - viandes tranchées																						
74	810 8677	Rôtis de poitrine de dinde	5	500g	3		55	2	2	0	3	9	0	16	390	N/D	10	1	1	Aucun	Aucun	
C) PRODUITS DE PORC																						
1) Jambons cuits																						
75	25204	Jambon cuit 4 x 6, 50% moins de sel	2	5,4 kg	10,85		55 g	60	2	0,5	0	3	3	7	380	550	30	1	1	Aucun	Aucun	
2) Spécialités																						
76	62640	Longes de porc assaisonnées, « tomates & basilic »	4	1,4 kg	5,60		85 g	110	5	2	0	1	1	14	640	N/D	35	2	2	Lait, soya	Lactose	
77	97102	Longes de porc, tranchées, « tomates & basilic »	58	85	5		85 g	110	5	2	0	1	1	14	610	N/D	35	2	2	Lait, gluten (blé)	Lactose et gluten	
78	62642	Longes de porc assaisonnées, « Méditerranéo »	4	1,4 kg	5,60		85 g	110	5	2	0	1	1	14	640	N/D	35	2	2	Lait, gluten (blé)	Lactose et gluten	
3) Olymel Plus																						
a) Découpes de porc																						
79	97205	Fesse de porc, désossée, roulée jet net	1	6 kg	6		100 g	130	3,88	1,48	0,02	0	0	22,23	69	342	59	1	1	Aucun	Aucun	
80	97604	Longes de porc, désossées	4	1,5 kg	6		100 g	172	8,6	3,47	0,04	0	0	22,05	49	339	54	1	1	Aucun	Aucun	
81	97253	Longes de porc, désossées et roulées	2	3,5 kg	7		100 g	198	12,58	4,36	0,06	0	0	19,74	50	356	63	1	1	Aucun	Aucun	
b) Portions de porc calibrées																						
82	97550	Côtelettes de porc, coupe centre	29	170 g	5		100 g	200	12,69	4,40	0,06	0	0	20,12	60	332	67	1	1	Aucun	Aucun	
83	97256	Côtelettes de porc, coupe centre	40	125 g	5		100 g	200	12,69	4,40	0,06	0	0	20,12	60	332	67	1	1	Aucun	Aucun	
84	97951	Côtelettes de porc, désossées (papillon)	Variable	Variable	5		100 g	211	14,01	4,86	0,07	0	0	19,90	42	384	60	1	1	Aucun	Aucun	
85	97523	Côtelettes de porc, désossées	Variable	Variable	5		100 g	211	14,01	4,86	0,07	0	0	19,90	42	384	60	1	1	Aucun	Aucun	
86	97250	Côtelettes de porc, 2 côtes	16	300 g	5		100 g	200	12,69	4,40	0,06	0	0	20,12	60	332	67	1	1	Aucun	Aucun	
c) Spécialités de porc																						
87	97402	Carré de porc entier, 8 côtes	4	2 kg	4		100 g	198	12,58	4,36	0,06	0	0	19,74	50	356	63	1	1	Aucun	Aucun	
88	97281	Lanières de porc	2	2,5 kg	5		100 g	130	3,88	1,48	0,02	0	0	22,23	69	342	59	1	1	Aucun	Aucun	
89	97262	Porc haché, extra-maigre	2	2,5 kg	5		100 g	190	12	4	0,1	0	0	20	65	N/D	65	1	1	Aucun	Aucun	
90	97261	Cubes de porc, extra-maigre	2	2,5 kg	5		100 g	130	3,88	1,48	0,02	0	0	22,23	69	342	59	1	1	Aucun	Aucun	
91	97150	Filet de porc (CDV)	Variable	Variable	6		100 g	107	1,30	0,61	0,010	0	0	22,2	54	376	72	1	1	Aucun	Aucun	
92	97517	Côtes levées St-Louis, coupe du centre, 3½" à 3¾"	Variable	Variable	5		100 g	244	18	6,94	0,101	0	0	19,10	100	249	72	1	1	Aucun	Aucun	
93	97525	Côtes levées de dos de porc	8	Variable	5		100 g	244	18	6,94	0,101	0	0	19,10	100	249	72	1	1	Aucun	Aucun	

* (Allergènes vérifiés : arachides, noix, graines de sésame, lait, oeuf, grains contenant du gluten (blé, orge, seigle, avoine, épeautre, Kamut, triticale), soya (excluant l'huile de soya raffinée), poisson, crustacé, mollusque, sulfite (max. 10 ppm)