

Teneur en glucides de certaines friandises d'Halloween*

*basée sur les indications des fabricants

CHOCOLATS

	Friandise	Portion de référence	Quantité de glucides	Facteur glucidique
	Caramilk	1 barre de 10,5 g	6,25 g	0,60
	Crispy Crunch	1 barre de 11,67 g	7,67 g	0,66
	Mr. Big	1 barre de 11,25 g	7,25 g	0,64
	Wunderbar	1 barre de 11,67 g	6 g	0,51
	M&M's chocolat au lait	1 sachet de 13 g	9 g	0,69
	M&M's chocolat arachide	1 sachet de 13 g	7 g	0,54
	Twix	1 barre de 10 g	6,75 g	0,68
	Snickers	1 barre de 13 g	7,67 g	0,59
	Aero	1 barre de 7,33 g	4,5 g	0,61
	Coffee Crisp	1 barre de 11 g	7 g	0,64
	KitKat	1 barre de 11,67 g	7,33 g	0,63
	Smarties	1 boîte de 10 g	7,75 g	0,78
	Hershey's Crocs	1 morceau de 12,7 g	8,33 g	0,66
	Oh Henry!	1 barre de 15 g	8 g	0,53
	Reese's	1 morceau de 8,8 g	5 g	0,57
	Reese's pieces	1 sachet de 11 g	6,75 g	0,61
	Whoppers	1 sachet de 6,83 g	5,17 g	0,76
	Citrouilles chocolat au lait	1 citrouille de 6,67 g	4,5 g	0,68
	Guimauve enrobée de chocolat	1 barre de 10 g	6,67 g	0,67
	KitKat pause épeurante	1 morceau de 9,6 g	4,6 g	0,56
	Kinder chocolat mini	1 barre de 6 g	3,17 g	0,53

Teneur en glucides de certaines friandises d'Halloween*

*basée sur les indications des fabricants

BONBONS MOUS

	Friandise	Portion de référence	Quantité de glucides	Facteur glucidique
	Caramels	1 morceau de 6 g	4,71 g	0,79
	Collations aux fruits Welch's	1 sachet de 14 g	10 g	0,71
	Gomme balloune - original	1 gomme de 4,5 g	4 g	0,89
	Jujubes Maynards	1 sachet de 12,67 g	11,33 g	0,89
	Tire à la mélasse	1 morceau de 7,6 g	6,6 g	0,87
	Tootsie Roll	1 morceau de 6,67 g	4,67 g	0,70
	Twizzlers cerise/fraises	1 morceau de 12,3 g	6,67 g	0,78
	Jolly Rancher jujubes	1 morceau de 10,5 g	8,75 g	0,83
	Skittles fruits originaux	1 sachet de 15 g	13,67 g	0,91
	Starburst fruits/Déli-rouge	1 carré de 5 g	4,25 g	0,85

Teneur en glucides de certaines friandises d'Halloween*

*basée sur les indications des fabricants

BONBONS DURS

	Friandise	Portion de référence	Quantité de glucides	Facteur glucidique
	Bâtonnets Popeye	1 boîte de 2,5 g	2,5 g	1,0
	FIZZ saveur éclatante	1 bonbon de 3,6 g	3,4 g	0,94
	Ring Pop	1 suçon de 10 g	10 g	1,0
	Tootsie Pops miniatures	1 suçon de 5 g	4,67 g	0,93
	Rockets standard	1 rouleau de 7,5 g	7 g	0,93
	Rockets petit	1 rouleau de 4,5 g	4 g	0,89
	Rouleau d'argent	1 rouleau de 11 g	10 g	0,91
	Suçon Lollipop	1 suçon de 8 g	8 g	1,0

CROUSTILLES

	Type	Portion de référence	Quantité de glucides	Facteur glucidique
	Bâtonnets fromage	1 sac de 16 g	7 g	0,44
	Doritos Nacho fromage	1 sac de 16 g	9 g	0,56
	Pringles original	1 sac de 19 g	11 g	0,58
	Ruffles nature	1 sac de 16 g	8 g	0,50