

Croquettes de légumes au poulet



Les ingrédients pour

Petits pois	200g	Fortement hors saison	France
Poulet (blanc)	400g		France
Farine de blé	60g		France
Maïs	200g		France
Fromage à pâte dure (type emmental)	50g		France
Ketchup	60g		France
Carotte	250g	De saison	France
Beurre doux	40g		France
Huile d'olive	36g		France
Oeuf moyen (poids : 60g)	240g		France
Sel	2g		France
Lait	258g		France
Poivre	2g		France

4 couvert(s)

Climat



CO2 (g)

1182



Saison

38%

Economie locale



Local

0%

Santé



Calories (kcal)

627



Protéines (g)

47



Quelques éléments de compréhension

Impact d'un repas moyen en France

kcal journalières en moyenne

Homme

Femme

Protéines journalières moyennes

2 500	gCO2e
2 100	kcal
1 800	kcal
50	g

Les calculs sont réalisés avec l'éco-calculateur Etiquet'table développé par ECO2 Initiative etiquettable.eco2initiative.com