

Les aliments à ZeroPoint Bleu

FRUITS

Abricot
Airelles
Ananas
Baies de sureau
Banane
Brugnon
Canneberge fraîche
Carambole
Cassis
Cerise
Citron
Citron vert
Clémentine
Coing
Compote de fruits sans sucres ajoutés
Figue de barbarie
Figue fraîche
Fraise
Framboise
Fruits frais
Fruits surgelés nature
Fruit de la passion
Fruit du jaquier
Fruits rouges
Goyave
Grenade
Groseille à maquereau
Groseilles
Jus de citron
Kaki
Kiwi
Kumquat
Litchi
Mandarine
Mangoustian
Mangue
Maracuja
Melon
Mirabelle
Mûre

Myrtilles
Nectarine
Nêfle
Orange
Pamplemousse
Papaye
Pastèque
Pêche
Poire
Pomme
Prune
Raisin
Ramboutan
Rhubarbe
Salade de fruits frais
nature sans sucres ajoutés
Tangerine

LAITAGES

Skyr 0 % nature
Yaourt 0 % nature
Yaourt au lait de brebis 0 % nature
Yaourt au lait de chèvre 0 % nature
Yaourt brassé nature 0 %
Yaourt nature classique

LÉGUMES

Agaric champêtre (Rosé des prés)
Artichaut
Asperge
Aubergine
Betterave rouge
Blette
Bolets
Brocoli
Cardon
Carotte
Céleri branche
Céleri rave

Cèpes
Champignons
Champignons de Paris
Champignons shiitake
Chanterelles
Chayotte, christophine
Chicon
Chou
Chou blanc
Chou rouge
Chou vert
Choucroute (non cuisinée)
Chou-fleur
Choux de Bruxelles
Citrouille
Cœur de palmier
Concentré de tomate
Concombre
Coulis de tomate nature
Courge
Courge spaghetti
Courgette
Cranberry
Cresson
Crudités (sans sauce)
Échalote
Endive
Epinard
Fenouil
Feuille de vigne
Fond d'artichaut
Germe de soja
Girolles
Gombos bouillis
Haricot beurre
Haricot vert

Julienne de légumes (sans matières grasses)
Lactaires
Laitue
Laitue iceberg
Légumes en conserve nature (sauf l'avocat)
Légumes frais (sauf l'avocat)
Légumes surgelés nature (sauf l'avocat)
Macédoine de légumes nature
Maïs
Mescalun ou salade, mélange de jeunes pousses
Mini épi de maïs
Morilles
Navet
Oignon
Oignon au vinaigre
Oseille
Panaïs
Pâtisson
Petits pois
Pleurotes
Poireau
Pois gourmand (ou pois mangetout)
Poivron
Potage de légumes (sans féculents)
Potimarron
Potiron
Pousse de bambou
Pousse d'épinard
Radis
Radis noir
Ratatouille (sans matières grasses)
Roquette

Rutabaga
Salade
Salicorne
Salsifis
Scarole
Tétragone cornue
Tomate
Tomate : concassée, pelée, pulpe en dés (conserve au naturel)

LÉGUMINEUSES

Fèves
Flageolets
Haricots Azuki
Haricots blancs
Haricots lingots
Haricots mungo
Haricots noirs
Haricots pinto
Haricots rouges
Haricots secs
Lentilles blondes
Lentilles corail
Lentilles
Lentilles germées
Lentilles vertes
Mogettes
Pois cassés
Pois chiches

ŒUFS

Blanc d'œuf
Jaune d'œuf
Œuf de caille
Œuf de cane
Œuf de poule entier
Œuf d'oie entier

POISSONS, COQUILLAGES ET CRUSTACÉS

Aiguillat commun
Alose
Anchois frais

Anguille
Anguille fumée
Bar (loup)
Barbue
Baudroie
Bignoréaux
Brème
Brochet
Brosme
Cabillaud
Calamar
Carpe
Carrelet
Caviar
Chatrou
Chinchard
Clam
Cocktail de fruits de mer
Colin
Coques
Coregone
Crabe
Crevettes
Cuisses de grenouille
Dorade
Dorade coryphène
Ecrevisses
Eglefin
Empereur
Encornet
Eperlan
Escargots nature
Espadon
Esturgeon
Filets de maquereaux en conserve au naturel
Flétan de l'atlantique
Gambas
Grenadier

Haddock (eglefin fumé)
Hareng frais
Hareng fumé
Hoki
Homard
Huîtres
Julienne
Lambi
Langouste
Langoustine
Lieu
Limande
Lingue bleue
Lotte
Loup (bar)
Maquereau frais
Maquereau fumé
Merlan
Merlu
Mérou
Morue fraîche (cabillaud)
Morue salée
Moules
Muge
Mulet
Mye
Noix de Saint-Jacques
Noix de pétoncles
Œufs de lump
Œufs de saumon
Ouaouss
Palourde
Panga
Perche
Plie
Poulpe
Praire
Raie
Rascasse
Requin
Rouget

Roussette
Sabre
Saint-Pierre
Sandre
Saumon en conserve au naturel
Saumon frais
Saumon fumé
Saumonette
Sébaste
Seiche
Silure
Sole
Sole tropicale
Sprat
Tacaud
Tanche
Thon en conserve au naturel (Albacore)
Thon frais
Truite de mer
Truite d'eau douce
Truite fumée
Turbot
Vivaneau

SOJA ET ALIMENTS VÉGÉTAIRES

Entremets au soja nature
Tofu ferme
Tofu soyeux

VOLAILLES

Escalope ou filet de dinde
Escalope, filet ou aiguillette de poulet
Filet de poulet fumé
Jambon de dinde ou blanc de dinde
Jambon de poulet ou blanc de poulet
Jambon de volaille