

Aliments (pour 100 g)		Eau	Macronutriments			Micronutriments				Vitamines				
			G	P	L	Na <sup>+</sup>	K <sup>+</sup>	Ca <sup>2+</sup>	Fe	A	D	B <sub>1</sub>	C	PP
Alcool														
Bière	3,6 g	90,6	4,8	0,5		5	38	4				0,004		0,88
Cidre	5,2 g		1			7	72	7						
Vin	8,8 - 12,5 g		0,2 - 8				20 - 120		0,3 - 5			0,008		0,05

La composition, pour 100 g d'aliments, est donnée en :

- grammes pour l'eau, les macronutriments (glucides, protides et lipides) ;
- milligrammes pour les micronutriments (ions minéraux et oligo-éléments) ;
- milligrammes pour les vitamines hydrosolubles (B<sub>1</sub>, C et PP) ;
- unités internationales (UI) pour les vitamines liposolubles (A et D).

© SCÉRÉN - CNDP

Créé en septembre 2001. Actualisé en novembre 2006 - Tous droits réservés. Limitation à l'usage non commercial, privé ou scolaire.