

Le Bab (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain Blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	250	128	250	128	173	138
Calories	570	290	570	290	430	320
Lipides (g)	19	10	19	10	16	14
Saturés (g)	10	5	10	5	6	5
Trans (g)	0.4	0.2	0.4	0.1	0.2	0.2
Cholestérol (mg)	75	40	75	40	40	40
Sodium (mg)	2190	1120	2190	1120	1500	1240
Glucides (g)	65	33	65	33	51	32
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	3	2	4	2	1	1
Protéines (g)	34	18	35	18	19	18
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	40%	20%	45%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, jambon et pepperoni. La valeur nutritive n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures.

Le Bab (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	220	113	220	113	158	123
Calories	460	240	460	240	380	260
Lipides (g)	10	6	10	6	12	9
Saturés (g)	4	2.5	4	2.5	3	2.5
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	50	30	50	30	30	55
Sodium (mg)	1980	1020	1980	1020	1390	1130
Glucides (g)	65	33	65	33	51	32
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	3	2	4	2	1	1
Protéines (g)	27	14	28	15	16	14
Vitamine A	2%	2%	2%	2%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	4%	2%	4%	2%	2%	2%
Fer	40%	20%	45%	20%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, jambon et pepperoni . La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures.

Le Boeuf (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	240	120	240	120	165	130
Calories	530	270	530	270	410	290
Lipides (g)	12	6	12	6	12	10
Saturés (g)	7	3.5	7	3	4	3.5
Trans (g)	0.4	0.4	0.4	0.2	0.2	0.2
Cholestérol (mg)	80	40	80	31	40	40
Sodium (mg)	1920	960	1920	960	1340	1080
Glucides (g)	62	31	62	31	49	30
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	1
Protéines (g)	42	21	43	22	23	21
Vitamine A	30%	15%	30%	15%	15%	15%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	2%	2%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	60%	30%	60%	30%	35%	25%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, boeuf et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Boeuf (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	210	105	210	105	150	115
Calories	420	210	420	210	350	240
Lipides (g)	3	1.5	3	1.5	8	5
Saturés (g)	1	0.5	1	0.5	1	0.5
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	55	30	55	30	30	30
Sodium (mg)	1710	855	1710	855	1230	970
Glucides (g)	62	31	62	31	49	30
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	1
Protéines (g)	35	18	36	18	19	18
Vitamine A	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	2%	0%
Calcium	6%	4%	6%	4%	4%	4%
Fer	60%	30%	60%	30%	35%	25%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, boeuf. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Fromage

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	185	92	185	92	137	102
Calories	580	290	580	290	430	310
Lipides (g)	24	12	24	12	18	16
Saturés (g)	15.5	8	16	8	8	8
Trans (g)	0.5	0.3	0.5	0.3	0.3	0.3
Cholestérol (mg)	60	30	60	30	30	30
Sodium (mg)	1180	590	1180	590	960	700
Glucides (g)	60	30	60	30	48	29
Fibres (g)	3	2	4	2	2	3
Sucres (g)	1	1	2	1	0	0
Protéines (g)	29	14	30	14	16	14
Vitamine A	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	40%	20%	40%	20%	20%	20%
Fer	30%	15%	35%	15%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, fromage . La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Club (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	275	130	275	130	175	140
Calories	550	270	550	270	410	290
Lipides (g)	12	6	13	6	12	10
Saturés (g)	7	3.5	7	3.5	4.5	3.5
Trans (g)	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2
Cholestérol (mg)	85	40	85	40	40	40
Sodium (mg)	2360	1110	2360	1110	1480	1220
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	5	2	6	3	3	4
Sucres (g)	3	1	4	2	1	1
Protéines (g)	44	21	45	21	22	21
Vitamine A	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	8%	10%
Fer	45%	25%	50%	25%	30%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, boeuf, jambon, dinde et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Club (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	245	115	245	115	160	125
Calories	440	210	440	210	350	240
Lipides (g)	3.5	1	3.5	2	8	6
Saturés (g)	1	0.5	1	0.5	1.5	0.5
Trans (g)	0.1	0	0.1	0	0.1	0
Cholestérol (mg)	60	30	60	30	30	30
Sodium (mg)	2150	1000	2150	1000	1380	1120
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	5	2	6	3	3	4
Sucres (g)	3	1	4	2	1	1
Protéines (g)	37	17	38	18	19	17
Vitamine A	12%	6%	12%	6%	6%	6%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	6%	2%	6%	2%	2%	2%
Fer	45%	25%	50%	25%	30%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, boeuf, jambon et dinde. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritons suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Dagwood (Uj YWfromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	255	135	255	135	180	145
Calories	650	350	650	350	490	370
Lipides (g)	29	16	29	16	23	20
Saturés (g)	14	7	14	7	8	8
Trans (g)	0.4	0.2	0.4	0.2	0.2	0.2
Cholestérol (mg)	100	55	100	55	55	55
Sodium (mg)	2250	1210	2250	1210	1590	1330
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	4	3	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	1
Protéines (g)	37	20	38	20	21	20
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	40%	20%	45%	20%	25%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, jambon, mortadelle, pepperoni, salami de genes et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Dagwood (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	225	120	225	120	165	130
Calories	540	290	540	290	430	320
Lipides (g)	20	12	20	12	18	16
Saturés (g)	8	4	8	4	5	5
Trans (g)	0.2	0.2	0.2	0.2	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	75	45	75	45	45	45
Sodium (mg)	2040	1110	2040	1110	1480	1220
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	4	3	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	1
Protéines (g)	30	16	31	17	18	17
Vitamine A	2%	2%	2%	2%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	6%	2%	6%	2%	2%	2%
Fer	40%	20%	45%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, jambon, mortadelle, pepperoni, salami de gènes. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Gino (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	240	120	240	120	165	130
Calories	710	360	710	360	500	380
Lipides (g)	33	16	33	16	23	20
Saturés (g)	15	8	15	8	8	8
Trans (g)	0.5	0.3	0.5	0.3	0.3	0.3
Cholestérol (mg)	110	55	110	55	55	55
Sodium (mg)	2120	1060	2120	1060	1440	1180
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	1	0	0
Protéines (g)	39	19	40	20	21	19
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	45%	20%	50%	20%	25%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, salami de genes, pepperoni et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Gino (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	210	105	210	105	150	115
Calories	600	300	600	300	440	330
Lipides (g)	24	12	24	12	18	16
Saturés (g)	9	5	9	5	5	6
Trans (g)	0.3	0.2	0.3	0.2	0.2	0.2
Cholestérol (mg)	85	45	85	45	45	45
Sodium (mg)	1910	960	1910	960	1330	1070
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	4	2	5	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	1	0	0
Protéines (g)	32	16	33	16	17	16
Vitamine A	2%	2%	2%	2%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	6%	2%	6%	2%	2%	2%
Fer	45%	20%	50%	20%	25%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, salami de genes, et pepperoni. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Poulet Grillé (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	260	130	260	130	175	140
Calories	580	290	580	290	430	320
Lipides (g)	15	8	15	8	14	11
Saturés (g)	7	3.5	7	3.5	4.5	4
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	85	45	85	45	45	45
Sodium (mg)	1390	700	1390	700	1070	810
Glucides (g)	65	33	65	33	50	32
Fibres (g)	3	2	4	2	2	3
Sucres (g)	1	1	2	1	0	0
Protéines (g)	45	23	46	23	24	23
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	2%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	40%	20%	40%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, poulet grillé . La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Poulet Grillé (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	230	115	230	115	160	125
Calories	470	240	470	240	380	260
Lipides (g)	6	3	6	3	9	7
Saturés (g)	1	0.5	1	0.5	1.5	0.5
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	60	30	60	30	30	30
Sodium (mg)	1180	590	1180	590	970	700
Glucides (g)	65	33	65	33	51	32
Fibres (g)	3	2	4	2	2	3
Sucres (g)	1	1	2	1	0	0
Protéines (g)	38	19	39	20	21	19
Vitamine A	2%	0%	2%	0%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	2%	0%
Calcium	6%	4%	6%	4%	4%	4%
Fer	40%	20%	45%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, poulet grillé . La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Jambon (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	220	110	220	110	155	120
Calories	480	240	480	240	380	270
Lipides (g)	13	6	13	6	13	10
Saturés (g)	7	3.5	7	3.5	4.5	4
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	55	25	35	25	25	25
Sodium (mg)	1900	950	1900	950	1330	1070
Glucides (g)	63	32	63	31	50	31
Fibres (g)	4	2	5	2	2	4
Sucres (g)	2	1	4	2	1	1
Protéines (g)	29	15	30	15	16	15
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	30%	15%	40%	15%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, jambon et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Jambon (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	190	95	190	95	140	105
Calories	370	190	370	190	330	210
Lipides (g)	3.5	2	3.5	2	8	6
Saturés (g)	1.5	0.5	1.5	0.5	1.5	1
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	30	15	30	15	15	14
Sodium (mg)	1690	845	1690	845	1220	960
Glucides (g)	63	32	63	32	50	31
Fibres (g)	4	2	5	2	2	4
Sucres (g)	3	1	4	2	1	1
Protéines (g)	22	11	23	12	13	11
Vitamine A	2%	0%	2%	0%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	4%	2%	4%	2%	2%	2%
Fer	35%	15%	40%	15%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap et jambon. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Thon Lèger (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	340	170	340	170	215	180
Calories	730	370	730	370	510	390
Lipides (g)	20	10	20	10	17	14
Saturés (g)	8	4	8	4	5	4
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	95	50	95	50	50	50
Sodium (mg)	1740	870	1740	870	1250	990
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	3	2	4	2	2	3
Sucres (g)	1	0	2	1	0	0
Protéines (g)	70	35	71	36	37	35
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	20%	10%	20%	10%	0%	6%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	45%	25%	50%	25%	30%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, thon et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Thon Lèger (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	310	155	310	155	200	165
Calories	620	310	620	310	450	340
Lipides (g)	11	6	11	6	12	10
Saturés (g)	2	1	2	1	2	1
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	70	35	70	35	35	35
Sodium (mg)	1530	770	1530	770	1140	880
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	3	2	4	2	2	3
Sucres (g)	1	1	2	1	0	0
Protéines (g)	63	32	64	32	33	32
Vitamine A	2%	2%	2%	2%	0%	0%
Vitamine C	20%	10%	20%	10%	6%	6%
Calcium	4%	4%	4%	4%	2%	2%
Fer	45%	25%	50%	25%	30%	20%

La valeur nutritive inclus pain/wrap et thon. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritons suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

La Dinde (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	245	115	245	115	160	125
Calories	500	250	500	250	390	270
Lipides (g)	11	5	11	5	12	9
Saturés (g)	7	3.5	7	3.5	4	3.5
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	70	35	70	35	35	35
Sodium (mg)	1910	880	1910	880	1260	1000
Glucides (g)	63	31	63	31	49	30
Fibres (g)	5	2	6	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	1	0	0
Protéines (g)	37	17	38	18	19	17
Vitamine A	10%	6%	10%	6%	4%	4%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	20%	10%	20%	10%	10%	10%
Fer	35%	20%	40%	20%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, dinde et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

La Dinde (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	215	100	215	100	145	110
Calories	390	190	390	190	330	220
Lipides (g)	2	1	2	1	7	5
Saturés (g)	0.5	0.5	0.5	0.5	1	0.4
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	45	20	45	20	20	20
Sodium (mg)	1700	775	1700	775	1150	890
Glucides (g)	63	31	63	31	49	30
Fibres (g)	5	2	6	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	1	0	0
Protéines (g)	30	14	31	14	15	14
Vitamine A	2%	0%	2%	0%	0%	0%
Vitamine C	10%	6%	10%	6%	0%	0%
Calcium	4%	2%	4%	2%	2%	2%
Fer	35%	15%	40%	15%	20%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap et dinde. La valeur nutritive pour tous nos sandwiches n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Légume (avec fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	258	129	258	129	174	139
Calories	430	215	430	215	360	240
Lipides (g)	11	5	11	5	12	9
Saturés (g)	7	3	7	3	4	3
Trans (g)	0.2	0.1	0.2	0.2	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	25	15	25	15	15	40
Sodium (mg)	870	440	870	440	810	550
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	5	3	6	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	0
Protéines (g)	19	10	20	10	11	10
Vitamine A	130%	70%	130%	70%	70%	70%
Vitamine C	60%	30%	60%	30%	25%	25%
Calcium	25%	10%	25%	10%	10%	10%
Fer	35%	20%	40%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap, légumes et fromage. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritionnels suivent les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Le Légume (sans fromage)

Valeur nutritive	Grand Pain blanc	Petit Pain blanc	Grand Pain blé	Petit Pain blé	Wrap blanc	Wrap Blé
Par portion (g)	228	114	228	114	159	124
Calories	320	160	320	160	300	190
Lipides (g)	1.5	1	1.5	1	7	5
Saturés (g)	0.5	0.5	0.5	0.5	1	0.4
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	0	0	0	0	0	0
Sodium (mg)	660	330	660	330	710	450
Glucides (g)	64	32	64	32	50	31
Fibres (g)	5	3	6	3	3	4
Sucres (g)	2	1	3	2	1	1
Protéines (g)	12	6	13	7	8	6
Vitamine A	120%	60%	120%	60%	60%	60%
Vitamine C	60%	30%	60%	30%	25%	25%
Calcium	8%	4%	8%	4%	4%	4%
Fer	35%	20%	40%	20%	25%	15%

La valeur nutritive inclus pain/wrap et légumes. La valeur nutritive pour tous nos sandwichs n'inclus pas la sauce Dagwood ou le choix de nos légumes. Référez-vous à l'autre tableau pour l'information concernant la sauce et les garnitures.

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritons suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Sauce Dagwoods



Valeur nutritive	0.75oz	1oz	1.5oz			
Par portion (g)	0.75	1oz	1.5oz			
Calories	130	170	260			
Lipides (g)	14	19	28			
Saturés (g)	1.5	2	3			
Trans (g)	0.2	0.3	0.4			
Cholestérol (mg)	0	0	0			
Sodium (mg)	70	95	140			
Glucides (g)	1	1	2			
Fibres (g)	0	0	0			
Sucres (g)	1	1	1			
Protéines (g)	0.1	0.1	0.2			
Vitamine A	0%	0%	0%			
Vitamine C	0%	0%	0%			
Calcium	0%	0%	0%			
Fer	0%	0%	0%			

Calculs Nutritionnels suivent les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.



Télécharger le guide nutritionnel complet de Dagwoods ici.

Soupes

Valeur nutritive	Courge Muquée	Légumes du jardin	Bisque au champignons	Tomates et a l'ail rôti	Asperges printanières
Par portion (g)	250	250	250	250	250
Calories	190	100	140	250	210
Lipides (g)	10	0.5	7	18	15
Saturés (g)	6	0.1	4	9	8
Trans (g)	0	0	0	0.2	0.3
Cholestérol (mg)	30	0	20	50	45
Sodium (mg)	980	970	1000	790	1050
Glucides (g)	24	20	15	18	14
Fibres (g)	2	3	2	2	2
Sucres (g)	2	4	4	5	3
Protéines (g)	9	4	4	5	6
Vitamine A	50%	20%	2%	10%	10%
Vitamine C	10%	25%	8%	15%	40%
Calcium	6%	6%	4%	10%	10%
Fer	8%	6%	6%	4%	6%

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritions suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures.

Soupes

Valeur nutritive	Pomme de terre au four garnie	Bisque à l'asiago	Tomate à l'ancienne	Bisque de tomates et de poivrons rôtis
Par portion (g)	250	250	250	250
Calories	270	260	140	300
Lipides (g)	15	18	6	23
Saturés (g)	8	9	2.5	14
Trans (g)	0	0.2	0.5	1
Cholestérol (mg)	45	55	10	80
Sodium (mg)	760	800	1030	940
Glucides (g)	22	17	19	19
Fibres (g)	1	1	2	3
Sucres (g)	4	3	6	7
Protéines (g)	7	6	4	4
Vitamine A	4%	15%	20%	30%
Vitamine C	10%	6%	10%	100%
Calcium	10%	8%	8%	8%
Fer	15%	4%	8%	8%

Le % valeur quotidienne est basé sur une diète de 2000 calories. Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures.

Chili

Valeur nutritive	
Par portion (g)	250ml
Calories	210
Lipides (g)	6
Saturés (g)	2
Trans (g)	0.5
Cholestérol (mg)	25
Sodium (mg)	810
Glucides (g)	28
Fibres (g)	9
Sucres (g)	6
Protéines (g)	13
Vitamine A	4%
Vitamine C	4%
Calcium	8%
Fer	20%

Calculs Nutritionnels suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

Salades (avec fromage)

Valeur nutritive	Poulet Grillé	Jambon	Dinde	Italienne	Jardin	Thon
Par portion (g)	208	173	178	153	133	213
Calories	180	110	120	140	80	200
Lipides (g)	7	6	4.5	9	4.5	9
Saturés (g)	3.5	3.5	3	4.5	3	3.5
Trans (g)	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1
Cholestérol (mg)	50	25	35	30	15	40
Sodium (mg)	450	640	570	460	120	470
Glucides (g)	7	6	5	4	4	6
Fibres (g)	2	3	3	3	2	3
Sucres (g)	1	2	2	1	1	1
Protéines (g)	22	11	13	10	5	26
Vitamine A	130%	130%	130%	130%	130%	130%
Vitamine C	50%	45%	45%	45%	45%	50%
Calcium	15%	10%	10%	10%	10%	10%
Fer	10%	8%	8%	8%	6%	15%

Information nutritionnel est approximative et arrondie pour plus de clarté.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Salades (sans fromage)

Valeur nutritive	Poulet Grillé	Jambon	Dinde	Italienne	Jardin	Thon
Par portion (g)	193	158	163	138	118	198
Calories	130	60	60	90	20	150
Lipides (g)	3	1	0.2	5	0	4
Saturés (g)	0.5	0.4	0	105	0	0.5
Trans (g)	0	0	0	0	0	0
Cholestérol (mg)	40	15	20	20	0	30
Sodium (mg)	340	530	460	350	10	450
Glucides (g)	7	6	5	4	4	6
Fibres (g)	2	3	3	3	2	3
Sucres (g)	1	2	2	1	1	1
Protéines (g)	18	7	10	7	1	22
Vitamine A	120%	120%	120%	130%	120%	120%
Vitamine C	50%	45%	45%	45%	45%	50%
Calcium	6%	4%	4%	4%	4%	4%
Fer	10%	8%	8%	8%	6%	15%

Calculs Nutritionnels suivent les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

S'il vous plaît consulter notre Guide Nutritionnel pour les informations sur les garnitures

Biscuits

Valeur nutritive	Avoine et raisins	Lime et Chocolat blanc	Triple couronne	Double chocolat
Par portion (g)	1 biscuit, 35 g	1 biscuit, 35 g	1 biscuit, 35g	1 biscuit, 35g
Calories	140	160	150	150
Lipides (g)	6	8	7	7
Saturés (g)	2	3.5	2.5	3
Trans (g)	0.1	0.1	1	0.1
Cholestérol (mg)	10	10	10	10
Sodium (mg)	110	100	100	110
Glucides (g)	21	20	21	21
Fibres (g)	1	0	1	1
Sucres (g)	13	13	13	13
Protéines (g)	2	2	2	2
Vitamine A	4%	4%	6%	4%
Vitamine C	0%	0%	0%	0%
Calcium	0%	2%	2%	0%
Fer	4%	4%	6%	6%

Calculs Nutritifs suivre les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.

Two Bite Brownies

Valeur nutritive	Two Bite Brownies
Par portion (g)	38
Calories	180
Lipides (g)	10
Saturés (g)	4
Trans (g)	0
Cholestérol (mg)	25
Sodium (mg)	95
Glucides (g)	20
Fibres (g)	1
Sucres (g)	1
Protéines (g)	2
Vitamine A	0%
Vitamine C	0%
Calcium	0%
Fer	8%

Calculs Nutritionnels suivent les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données .

Carré au chocolat

Valeur nutritive	
Par portion (g)	60
Calories	231
Lipides (g)	11
Saturés (g)	2.6
Trans (g)	0
Cholestérol (mg)	37
Sodium (mg)	183
Glucides (g)	34
Fibres (g)	2
Sucres (g)	25
Protéines (g)	3
Vitamine A	6%
Vitamine C	0%
Calcium	2%
Fer	15%

Calculs Nutritionnels suivent les règlements du gouvernement concernant l'arrondissement des données.