

Cake lard

| composants | mesures | poids (g) | kcal par 100g | kcal dans cake | glucides par 100g | protides par 100g | lipides par 100g | glucides | protides | lipides |
|--------------------|---------------|-------------|------------------|----------------|-------------------|-------------------|------------------|---------------|---------------|---------------|
| œufs | 8 | 480 | 146 | 700.8 | 1.4 | 12.6 | 10.1 | 6.72 | 60.48 | 48.48 |
| lait entier | | 150 | 68 | 102 | 5 | 3.2 | 4 | 7.5 | 4.8 | 6 |
| farine mi-blanche | 4 tasses | 600 | 342 | 2052 | 69 | 12 | 1.3 | 414 | 72 | 7.8 |
| huile de tournesol | | 200 | 900 | 1800 | | | | 0 | 0 | 0 |
| lard | | 400 | 326 | 1304 | 0.5 | 16 | 29 | 2 | 64 | 116 |
| origan | 1 cs | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| gruyère | | 200 | 396 | 792 | | 27 | 32 | 0 | 54 | 64 |
| poivre | 1 cc | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | total: | 2032 | total: | 6750.8 | | | total: | 430.22 | 255.28 | 242.28 |
| | | | kcal/100g | 332 | | | g/100g | 21.2 | 12.6 | 11.9 |

remarque:

lait selon consistance

ne pas saler

cs = cuillère à soupe

cc = cuillère à café