

Cake olive

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 d'olive	3/4 tasse	150	900	1350				0	0	0
beurre		50	729	364.5	0.5	0.5	82	0.25	0.25	41
olives denoyautées		400	194	776	4	1	19	16	4	76
gruyère		150	396	594		27	32	0	40.5	48
carottes		500	37	185				0	0	0
noix moulues		300	717	2151	15	14	64	45	42	192
herbes de provence	1 cs	1	0	0	0	0	0	0	0	0
	total:	2781	total:	8275.3			total:	489.47	224.03	419.28
			kcal/100g	298			g/100g	17.6	8.1	15.1

remarque:

lait selon consistance

cs = cuillère à soupe