

# Les céréales Cheerios\* sont nutritives pour tous les âges, y compris les adultes !

- Le Guide alimentaire canadien pour manger sainement recommande que la moitié de toutes les portions de produits céréaliers soient des aliments faits de grains entiers, comme les céréales Cheerios\*<sup>1</sup>.
- Les céréales Cheerios\*, faites d'avoine entière, fournissent 22 g de grains entiers et 1 g de fibres d'avoine solubles par tasse.
- Des recherches scientifiques ont aidé à démontrer que les fibres d'avoine solubles sont importantes dans une alimentation saine, de différentes façons<sup>2</sup>.

1) Santé Canada, 2007. Bien manger avec le Guide alimentaire canadien  
2) Wahida, K et al. JADA, 2005;105:967-970

**Une portion de céréales Cheerios\* contient moins de sucre et plus de fibres qu'une portion équivalente de céréales Corn Flakes, Rice Krispies et Special K**

	CHEERIOS*	CORN FLAKES	RICE KRISPIES	SPECIAL K
<b>SUCRE</b>	1 g	2 g	3 g	2 g
<b>FIBRES</b>	2 g	1 g	0 g	0 g
Portions	1 tasse/27 g	1 ¼ tasse/30 g	1 tasse/28 g	1 ¼ tasse/29 g

(en date d'octobre 2010)

**Les céréales Cheerios\* sont également des aliments à manger avec les mains de confiance pour les tout-petits**

Quatre pédiatres sur cinq recommandent les céréales Cheerios\* pour les nourrissons et les tout-petits<sup>3</sup>.

Les tout-petits saisissent facilement les anneaux des céréales Cheerios\*.

**Bienfaits et caractéristiques générales du produit**

- ✓ 1 g de sucre par portion
- ✓ Pauvres en gras
- ✓ Source de fibres
- ✓ Sans colorant ni arôme artificiel
- ✓ Kasher

3. Selon les résultats d'un sondage indépendant mené auprès de pédiatres canadiens, 2008.

# Les céréales Cheerios\* sont maintenant offertes en deux formats pratiques pour les services alimentaires...

## Sacs

### RENSEIGNEMENTS POUR L'EXPÉDITION

**Code de commande :** 14767  
**S.C.C. :** 1 00 65633 14767 3  
**Format de la caisse :** 4/822 g  
**Dimensions de la caisse :** 19,50 po long.  
 x 9,13 po larg. x 16,63 po haut.  
**Poids de la caisse :** 9,2 lb  
**Caisses par rangée :** 10  
**Rangées par palette :** 3  
**Caisses par palette :** 30

**Sac de gros de  
822 g facile  
à verser !**

## Bols

### RENSEIGNEMENTS POUR L'EXPÉDITION

**Code de commande :** 09928  
**S.C.C. :** 1 00 65633 09928 6  
**Format de la caisse :** 96/20 g  
**Dimensions de la caisse :** 16,75 po  
 long. x 13 po larg. x 13,875 po haut.  
**Poids de la caisse :** 8,15 lb  
**Caisses par rangée :** 9  
**Rangées par palette :** 4  
**Caisses par palette :** 36



Valeur nutritive		
pour 1 tasse (27 g)		
Quantité	Céréales seules	Plus 125 mL de lait à 2 % de m.g.
<b>Calories</b>	110	170
<b>% valeur quotidienne</b>		
<b>Lipides 2 g*</b>	<b>3 %</b>	<b>6 %</b>
saturés 0,4 g + trans 0 g	<b>2 %</b>	<b>10 %</b>
<b>Cholestérol 0 mg</b>		
<b>Sodium 210 mg</b>	<b>9 %</b>	<b>11 %</b>
<b>Glucides 20 g</b>	<b>7 %</b>	<b>9 %</b>
Fibres 2 g	<b>8 %</b>	<b>8 %</b>
Sucres 1 g		
<b>Protéines 3 g</b>		
Vitamine A	0 %	6 %
Vitamine C	0 %	0 %
Calcium	4 %	15 %
Fer	30 %	30 %
Vitamine D	0 %	25 %
Niacine	6 %	15 %
Vitamine B6	10 %	15 %
Folate	8 %	10 %
Pantothénate	6 %	10 %
Phosphore	10 %	20 %
Magnésium	15 %	20 %
Zinc	6 %	15 %

\*Teneur dans les céréales

✓ **Pour obtenir plus d'information sur les bienfaits des céréales Cheerios, visitez [www.cheerios.ca](http://www.cheerios.ca)**

✓ **Professionnels de la santé – visitez [www.bellinstitute.ca](http://www.bellinstitute.ca) pour obtenir du matériel éducatif GRATUIT.**



GENERAL MILLS

Pour toute question relative aux ventes, veuillez communiquer avec nous à : [foodservice.canada@genmills.com](mailto:foodservice.canada@genmills.com)

Pour plus de renseignements, veuillez communiquer avec :

Provinces de l'Atlantique  
 Ronahan Food Brokers  
 902 468-6111

Québec  
 TTS Marketing  
 514 457-2080

Ontario  
 Total Focus Foodservice  
 Sales & Marketing Inc.  
 519 895-2110

Ouest du Canada  
 Summit Marketing Canada  
 604 523-0332

\*Marques déposées de General Mills © 2010 General Mills