



# Comment calculer la teneur en eau de mes ingrédients ?

## 1 Calcul

- Lorsque vos fiches techniques fournisseurs n'indiquent pas la teneur en eau de vos ingrédients (parfois aussi dénommée « humidité ») vous pouvez la calculer à l'aide de la formule suivante :

**Eau = 100 – protéines – glucides – fibres – matières grasses – alcool – sel (ou cendres si celles-ci sont indiquées)**

- OU, si la matière sèche de votre ingrédient est indiquée dans votre fiche technique fournisseur il vous suffit d'appliquer la formule suivante pour obtenir la teneur en eau :

**Eau = 100 – matière sèche**

## 2 Intérêt

- Il est indispensable de renseigner les quantités d'eau présentes dans vos ingrédients car cela aura directement un impact sur la fiabilité des valeurs nutritionnelles obtenues sur votre produit.
- Premièrement, si vous ne renseignez pas l'eau de vos ingrédients les profils nutritionnels de vos ingrédients seront erronés. Le message suivant s'affichera alors sous Nutree :

Modifier un ingrédient / étape 3

Nom de l'ingrédient : Aucune

Source table : Aucune

Statut d'enregistrement :  en création  actif  inactif

!!! Le contrôle 100 (10.28) est inférieur à 95 !!!

FERMER

eau	g	0.000	non spécifié
cendres	g	0.760	FT 01/02/2012
matière sèche (ms)	g	100.000	non spécifié
protéines	g	3.220	FT 01/02/2012
glucides	g	4.780	FT 01/02/2012
sucres	g	4.770	FT 01/02/2012
amidon	g	0.000	non spécifié

Contrôle 100 : 10.28  
 Contrôle Glu : 4.77  
 Contrôle Lip : 0.90

Retour étape 2 Valider



# Comment calculer la teneur en eau de mes ingrédients ?

Ceci sera d'autant plus impactant lorsque les ingrédients pour lesquels l'eau n'est pas renseignée sont riches en eau (comme dans l'exemple ci-dessous où l'eau représente 89,7% de mon ingrédient « lait »).

**N'activez pas un ingrédient lorsque le message pop-up vous avertit que le contrôle 100 est inférieur à 95** (sauf exceptions).

- Deuxièmement, lorsque vous prendrez en compte la cuisson de votre produit, la perte en eau induite par la cuisson sera faussée puisque la totalité de l'eau présente dans le produit avant cuisson ne sera pas prise en considération.

## 3 Exemple : Biscuits secs

- Valeurs nutritionnelles de biscuits secs avec tous les profils ingrédients complets (teneur en eau renseignée pour chaque ingrédient)

### Composition nutritionnelle détaillée pour 100 g

C100 = 100.70

Nutriments	Valeurs
Energie (kJ) / (kcal)	1 805 / 429
Eau (g)	7,34
Protéines (g)	8,73
Glucides (g)	69,04
Sucres (g)	24,01
Amidon (g)	0,00
Polyols (g)	0,00
Fibres (g)	1,92

Nutriments	Valeurs
Matières grasses (g)	12,63
AGS (g)	7,79
AGMI (g)	3,29
AGPI (g)	0,82
Alcool (éthanol) (g)	0,00
Sodium (mg)	173,64
Sel (g)	0,43
Acides organiques (g)	0,00

Le contrôle 100 est bon puisqu'il se situe entre 95 et 105. De plus, l'humidité du produit fini correspond à un biscuit sec.

- ➔ Nous savons que les valeurs nutritionnelles éditées sont cohérentes avec la typologie de produit



# Comment calculer la teneur en eau de mes ingrédients ?

- Valeurs nutritionnelles de biscuits secs avec tous les profils ingrédients complets (teneur en eau renseignée pour chaque ingrédient) excepté pour l'œuf cru (où l'humidité n'est pas renseignée alors qu'elle est d'environ 76%)

## Composition nutritionnelle détaillée pour 100 g

C100 = 93.26

Nutriments	Valeurs
Energie (kJ) / (kcal)	1 805 / 429
Eau (g)	-0,04
Protéines (g)	8,73
Glucides (g)	69,04
Sucres (g)	24,01
Amidon (g)	0,00
Polyols (g)	0,00
Fibres (g)	1,92

Nutriments	Valeurs
Matières grasses (g)	12,63
AGS (g)	7,79
AGMI (g)	2,94
AGPI (g)	0,66
Alcool (éthanol) (g)	0,00
Sodium (mg)	173,64
Sel (g)	0,43
Acides organiques (g)	0,00

Le contrôle 100 du produit n'est pas bon (puisque'il est inférieur à 95). Les valeurs éditées ne peuvent donc pas être étiquetées car les données ne sont pas fiables. De même, les teneurs en eau sont incohérentes puisqu'un produit ne peut pas perdre plus d'eau qu'il n'en contient avant cuisson.

→ Avec de telles valeurs éditées nous ne pouvons pas savoir si les valeurs sont justes car le contrôle 100 n'est pas bon et l'humidité est négative ce qui n'est pas possible