



30g de mayonnaise (2-3 cuillères à café)

Enrichissement : énergie **Équivalences à 200 calories**



50g de lait entier en poudre (2 cuillères à soupe)



40g de chocolat noir (4 carrés)



**20g d'huile (2 cuillères à soupe)
25g de beurre (1 micro-plaquette)**



40g de pâte à tartiner (2 cuillères à café)



70g de crème 30%



30g de beurre de cacahuètes (1 cuillère à soupe)



60g de lardons



60g de lait concentré sucré



50g de fromage râpé