- **Classement des céréales**

		Matières Grasses	Sucre
Les moins grasses et moins sucrées	Corn Flakes (Kellogg's)	☺	☺☺
	Fitness choc noir (Nestlé)	☺☺	☺
	Spécial K (Kellogg's)	☺☺	☺
	Nateo (Nestlé)	☺	☺
	Chocoform (Carrefour)	☺	☺
	Choco Crack Rik & Rok (Auchan)	☺	☺
	Mini chocos (Weetabix)	☺	☺
Peu sucrées mais grasses	Senso (Intermarché)	☹	☺
	Country Crisp (Jordan's)	☹☹	☺
	Trésor (Kellogg's)	☹☹	☺
	Top Cao (Leader Price)	☹☹	☺
	Muesli chocolat (Leader Price)	☹☹	☺
	Pépites choc noir (Monoprix)	☹☹	☺
	Cruesli (Quaker)	☹☹	☺
	Extra (Kellogg's)	☹☹	☺
Peu grasses mais sucrées voire très sucrées	Golden Graham's (Nestlé)	☺	☹
	Blé Chocos (Grand Jury Carrefour)	☺	☹
	Miel Pop's (Kellogg's)	☺	☹
	Chocos (Kellogg's)	☺	☹
	Miel Pop's Cracks (Kellogg's)	☺	☹
	Crunch (Nestlé)	☺	☹
	Nesquik (Nestlé)	☺	☹
	Cookie Crisp (Nestlé)	☺	☹
	Lunastella (Kellogg's)	☺	☹
	Chocapic (Nestlé)	☺	☹☹
	Frosties (Kellogg's)	☺	☹☹
	Smacks (Kellogg's)	☺	☹☹
A la fois grasses et sucrées	Chokella (Nestlé)	☹	☹
	Lion (Nestlé)	☹	☹
	Fun tubiz (Kellogg's)	☹☹	☹

Comment avons-nous classé les céréales ?

Pour classer les 30 références de notre échantillon, nous avons comparé la contribution du sucre ajouté et des matières grasses à l'apport calorique d'un petit déjeuner. Nous avons utilisé les portions suggérées par les fabricants sur leurs emballages.

☺ : la part du sucre ou des matières grasses est inférieure à la moyenne

☺☺ : la part du sucre ou des matières grasses est très inférieure à la moyenne

☹ : la part du sucre ou des matières grasses est supérieure à la moyenne

☹☹ : la part du sucre ou des matières grasses est très supérieure à la moyenne