

Nutrition Facts

Valeur nutritive

1 can (110 g) pour 1 boîte (110 g)

Calories 100

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides	1.5 g	2%
Saturated / saturés	0 g	0%
+ Trans / trans	0 g	

Carbohydrate / Glucides	3 g	
Fibre / Fibres	1 g	7%
Sugars / Sucres	0 g	0%

Protein / Protéines 19 g

Cholesterol / Cholestérol 55 mg

Sodium	85 mg	4%
---------------	-------	----

Potassium	75 mg	2%
-----------	-------	----

Calcium	50 mg	4%
---------	-------	----

Iron / Fer	3.5 mg	19%
------------	--------	-----

Vitamin D / Vitamine D	0 ug	0%
------------------------	------	----

*5% or less is **a little**, 15% or more is **a lot**

*5% ou moins c'est **peu**, 15% ou plus c'est **beaucoup**