

Nutrition Facts

Valeur nutritive

1/4 cup (55 g) par 1/4 tasse (55 g)

Calories 70

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides	1.5 g	2%
Saturated / saturés	0.4 g	2%
+ Trans / trans	0 g	

Carbohydrate / Glucides	0 g	
Fibre / Fibres	0 g	0%
Sugars / Sucres	0 g	0%

Protein / Protéines 13 g

Cholesterol / Cholestérol 40 mg

Sodium	150 mg	7%
---------------	--------	----

Potassium	175 mg	5%
-----------	--------	----

Calcium	10 mg	0%
---------	-------	----

Iron / Fer	0 mg	0%
------------	------	----

Vitamin D / Vitamine D	16 ug	80%
------------------------	-------	-----

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

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