

Nutrition Facts
Valeur nutritive

1/4 cup (55 g)
par 1/4 tasse
(55 g)
Calories 110

	% Daily Value* % valeur quotidienne*
Fat / Lipides 7 g	9 %
Saturated / saturés 2 g	
+ Trans / trans 0 g	10 %
Protein / Protéines 13 g	

	% Daily Value* % valeur quotidienne*
Carbohydrate / Glucides 0 g	
Fibre / Fibres 0 g	0 %
Sugars / Sucres 0 g	0 %
Cholesterol / Cholestérol 45 mg	

% DV* / % VQ*	
Sodium 35 mg	2 %
Potassium 150 mg	4 %
Calcium 175 mg	13 %
Iron / Fer 0.1 mg	1 %

*5% or less is a little, 15% or more is a lot / *5% ou moins c'est peu, 15% ou plus c'est beaucoup