

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	10%
+ Trans / trans 0 g	

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

Protein / Protéines 13 g	
---------------------------------	--

Cholesterol / Cholestérol 45 mg	
--	--

Sodium 35 mg	2%
---------------------	----

Potassium 150 mg	4%
------------------	----

Calcium 175 mg	13%
----------------	-----

Iron / Fer 0.1 mg	1%
-------------------	----

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**