

Nutrition Facts
Valeur nutritive

1/4 cup (55 g)
par 1/4 tasse
(55 g)
Calories 70

	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Fat / Lipides 2 g	3 %
Saturated / saturés 0.5 g	
+ Trans / trans 0 g	3 %
Protein / Protéines 12 g	

	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Carbohydrate / Glucides 0 g	
Fibre / Fibres 0 g	0 %
Sugars / Sucres 0 g	0 %
Cholesterol / Cholestérol 30 mg	

	% DV* / % VQ*
Sodium 95 mg	4 %
Potassium 175 mg	5 %
Calcium 30 mg	2 %
Iron / Fer 0.4 mg	2 %

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