

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	3%
+ Trans / trans 0 g	

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

Protein / Protéines 12 g	
---------------------------------	--

Cholesterol / Cholestérol 30 mg	
--	--

Sodium 95 mg	4%
---------------------	----

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

Calcium 30 mg	2%
----------------------	----

Iron / Fer 0.4 mg	2%
--------------------------	----

Vitamin D / Vitamine D 9 ug	45%
------------------------------------	-----

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

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