

Nutrition Facts

Valeur nutritive

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

Calories 80

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 3 g	5%
Saturated / saturés 0.6 g	3%
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 2 g	
Fibre / Fibres 0 g	0%
Sugars / Sucres 2 g	4%

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

Cholesterol / Cholestérol 50 mg	
--	--

Sodium 510 mg	21%
----------------------	-----

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

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

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

Vitamin D / Vitamine D 8 ug	40%
-----------------------------	-----

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

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