

Nutrition Facts

Valeur nutritive

1/8 cup (30 g) par 1/8 tasse (30 g)

Calories 45

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 1 g	2%
Saturated / saturés 0 g	0%
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 1 g	
Fibre / Fibres 0 g	0%
Sugars / Sucres 3 g	6%

Protein / Protéines 7 g	
--------------------------------	--

Cholesterol / Cholestérol 20 mg	
--	--

Sodium 290 mg	12%
----------------------	-----

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

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

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

Vitamin D / Vitamine D 2 ug	10%
------------------------------------	-----

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

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