

Nutrition Facts

Valeur nutritive

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

Calories 120

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 6 g	8%
Saturated / saturés 1.5 g	8%
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 2 g	
Fibre / Fibres 0 g	0%
Sugars / Sucres 3 g	6%

Protein / Protéines 15 g

Cholesterol / Cholestérol 30 mg

Sodium 360 mg	16%
----------------------	-----

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

Calcium 20 mg	2%
---------------	----

Iron / Fer 0.5 mg	3%
-------------------	----

Vitamin D / Vitamine D 7 ug	35%
-----------------------------	-----

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

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