

Nutrition Facts

Valeur nutritive

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

Calories 140

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 12 g	16%
Saturated / saturés 6 g	30%
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 2 g	
Fibre / Fibres 0 g	0%
Sugars / Sucres 1 g	1%

Protein / Protéines 8 g

Cholesterol / Cholestérol 95 mg

Sodium 240 mg	10%
----------------------	-----

Potassium 100 mg	3%
------------------	----

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

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

Vitamin D / Vitamine D 1.4 ug	8%
-------------------------------	----

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

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