

Nutrition Facts

Valeur nutritive

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

Calories 100

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 6 g	9%
Saturated / saturés 1.5 g	8%
+ Trans / trans 0 g	

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

Protein / Protéines 11 g	
---------------------------------	--

Cholesterol / Cholestérol 25 mg	
--	--

Sodium 100 mg	4%
----------------------	----

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

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

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**