

# Nutrition Facts

## Valeur nutritive

Per about 4 tbsp (55 g)

par environ 4 c. à soupe (55 g)

---

**Calories 120**

**% Daily Value\***  
**% valeur quotidienne\***

<b>Fat / Lipides</b> 9 g	12 %
Saturated / saturés 5 g	
+ Trans / trans 0.2 g	26 %
Polyunsaturated / polyinsaturés 0.7 g	
Omega-6 / oméga-6 0.3 g	
Omega-3 / oméga-3 0.4 g	
Monounsaturated / monoinsaturés 2.5 g	

---

**Carbohydrate / Glucides** 3 g

Fibre / Fibres 0 g	0 %
Sugars / Sucres 1 g	1 %

---

**Protein / Protéines** 6 g

---

**Cholesterol / Cholestérol** 55 mg

---

**Sodium** 240 mg 10 %

---

Potassium 100 mg 2 %

---

Calcium 20 mg 2 %

---

Iron / Fer 0.3 mg 2 %

---

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

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