

# Brassicas Bowl

## Nutrition Facts Valeur nutritive

Per (650 g)

Pour 1 (650 g)

<b>Calories 630</b>	<b>% Daily Value*</b>
	<b>% valeur quotidienne*</b>
<b>Fat / Lipides</b> 42 g	56 %
Saturated / saturés 6 g	30 %
+ Trans / trans 0 g	
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 49 g	
Fibre / Fibres 25 g	89 %
Sugars / Sucres 11 g	11 %
<b>Protein / Protéines</b> 30 g	
<b>Cholesterol / Cholestérol</b> 0 mg	0 %
<b>Sodium</b> 920 mg	40 %
Potassium 2350 mg	50 %
Calcium 400 mg	31 %
Iron / Fer 7.5 mg	42 %

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

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

**Ingredients:** Broccoli, Avocados, Kale, Tempeh, Brussel Sprouts, Shallots, Apple Cider Vinegar, Olive Oil, Mustard, Sesame Seeds, Sunflower Seeds, Chives, Salt, Red Pepper Flakes, Black Pepper \*WE DO NOT RECOMMEND ORDERING CRISPER KITS IF YOU HAVE A SERIOUS FOOD ALLERGY.

**Ingrédients:** Brocoli, Avocats, Kale, Tempeh, Choux de Bruxelles, Échalotes, Vinaigre de cidre de pomme, Huile d'olive, Moutarde, Graines de sésame, Graines de tournesol, Ciboulette, Sel, Flocons de poivron rouge, Poivre noir \*ON NE RECOMMANDE PAS UTILISER CRISPER KITS SI VOUS AVEZ UNE ALLERGIE GRAVE.