

# Falafel Pitas with Chopped Salad

## Nutrition Facts Valeur nutritive

Per Serving (498 g)  
pour 1 (498 g)

<b>Calories 710</b>	<b>% Daily Value*</b>
	<b>% valeur quotidienne*</b>
<b>Fat / Lipides</b> 34 g	45 %
Saturated / saturés 4.5 g	23 %
+ Trans / trans 0 g	
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 91 g	
Fibre / Fibres 12 g	43 %
Sugars / Sucres 12 g	12 %
<b>Protein / Protéines</b> 19 g	
<b>Cholesterol / Cholestérol</b> 0 mg	0 %
<b>Sodium</b> 860 mg	37 %
Potassium 950 mg	20 %
Calcium 250 mg	19 %
Iron / Fer 6.5 mg	36 %

\*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:** Chickpeas, Cucumber, Cabbage, Lemon Juice, Bread, pita, white, Tomatoes, Shallots, Olive Oil, Tahini (Sesame Seeds), All purpose flour, Romaine, Garlic, Parsley, Sesame Seeds, Cumin, Paprika, Garlic Powder, Salt, Cardamom, Cayenne Pepper, Coriander, Black Pepper \*WE DO NOT RECOMMEND ORDERING CRISPER KITS IF YOU HAVE A SERIOUS FOOD ALLERGY.

**Ingédients:** Pois chiches, Concombre, Chou, Jus de citron, Pain, pita, blanc, Tomates, Échalotes, Huile d'olive, Tahini (graines de sésame), Farine tout usage, Romaine, Ail, Persil, Graines de sésame, Cumin, Paprika, Poudre d'ail, Sel, Cardamome, Poivre de Cayenne, Coriandre, Poivre noir \*ON NE RECOMMANDE PAS UTILISER CRISPER KITS SI VOUS AVEZ UNE ALLERGIE GRAVE.