

Quinoa Tabbouleh with Za'atar Chickpeas

Nutrition Facts Valeur nutritive

Per Serving (408 g)
pour 1 (408 g)

Calories 510	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Fat / Lipides 5.0 g	7 %
Saturated / saturés 0.5 g	3 %
+ Trans / trans 0 g	
Carbohydrate / Glucides 96 g	
Fibre / Fibres 11 g	39 %
Sugars / Sucres 5 g	5 %
Protein / Protéines 20 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0 %
Sodium 710 mg	31 %
Potassium 700 mg	15 %
Calcium 175 mg	13 %
Iron / Fer 7 mg	39 %

*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, Bread, pita, white, enriched, Spring green mix, Quinoa, Cucumber, Tomatoes, Distilled Vinegar, Lemon Juice, Onion, Parsley, Green Onions, Thyme, Oregano, Parsley, Sesame Seed, Cilantro, Salt, Soybean Oil, Citric Acid, Garlic, Mint *WE DO NOT RECOMMEND ORDERING CRISPER KITS IF YOU HAVE A SERIOUS FOOD ALLERGY.

Ingrédients: Pois chiches, Pain, pita, blanc, enrichi, Mélange de verdure printanière, Quinoa, Concombre, Tomates, Vinaigre distillé, Jus de citron, Oignon, Persil, Oignons verts, Thym, origan, persil, graines de sésame, coriandre, sel, huile de soja, acide citrique, Ail, Menthe *ON NE RECOMMANDE PAS UTILISER CRISPER KITS SI VOUS AVEZ UNE ALLERGIE GRAVE.