

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per (75 g)

pour (75 g)

Calories 220	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*
Fat / Lipides 8 g	11 %
Saturated / saturés 1 g	5 %
+ Trans / trans 0 g	
Carbohydrate / Glucides 19 g	
Fibre / Fibres 3 g	11 %
Sugars / Sucres 2 g	2 %
Protein / Protéines 18 g	
Cholesterol / Cholestérol 0 mg	
Sodium 290 mg	13 %
Potassium 175 mg	4 %
Calcium 50 mg	4 %
Iron / Fer 2 mg	11 %
Vitamin A / Vitamine A 50 µg	6 %
Thiamine 1 mg	83 %
Riboflavin / Riboflavine 1.05 mg	81 %
Vitamin B ₆ / Vitamine B ₆ 1.2 mg	71 %
Vitamin B ₁₂ / Vitamine B ₁₂ 2.4 µg	100 %

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

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