

# Nutrition Facts

## Valeur nutritive

Per 1/4 cup (55 g) / par 1/4 tasse (55 g)

**Amount** **% Daily Value**

**Teneur** **% valeur quotidienne**

**Calories / Calories** 80 Cal

**Fat / Lipides** 4 g **6 %**

Saturated / saturés 1 g **5 %**

+ Trans / trans 0 g

Polyunsaturated / polyinsaturés 1.5 g

Omega-6 / oméga-6 0.2 g

Omega-3 / oméga-3 0.6 g

Monounsaturated / monoinsaturés 2.0 g

**Cholesterol / Cholestérol** 40 mg

**Sodium / Sodium** 160 mg **7 %**

**Carbohydrate / Glucides** 0 g **0 %**

Fibre / Fibres 0 g **0 %**

Sugars / Sucres 0 g

**Protein / Protéines** 12 g

Vitamin A / Vitamine A **2 %**

Vitamin C / Vitamine C **0 %**

Calcium / Calcium **15 %**

Iron / Fer **2 %**