

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 40 mg **2 %**

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 %**