

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 3.5 g	5 %
Saturated / saturés 0.5 g	4 %
+ Trans / trans 0 g	
Polyunsaturated / polyinsaturés 0.9 g	
Omega-6 / oméga-6 0.4 g	
Omega-3 / oméga-3 0.6 g	
Monounsaturated / monoinsaturés 1.5 g	
Cholesterol / Cholestérol 35 mg	
Sodium / Sodium 180 mg	7 %
Carbohydrate / Glucides 0 g	0 %
Fibre / Fibres 0 g	0 %
Sugars / Sucres 0 g	
Protein / Protéines 12 g	
Vitamin A / Vitamine A	4 %
Vitamin C / Vitamine C	0 %
Calcium / Calcium	15 %
Iron / Fer	2 %