

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per 1 package (195 g)

Pour 1 paquet (195 g)

Calories 330

% Daily Value*

% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 14 g	19 %
Saturated / saturés 1.0 g	5 %
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 44 g	
Fibre / Fibres 10 g	36 %
Sugars / Sucres 20 g	20 %

Protein / Protéines 10 g

Cholesterol / Cholestérol 0 mg	0 %
---------------------------------------	-----

Sodium 2 mg	0 %
--------------------	-----

Potassium 450 mg	13 %
------------------	------

Calcium 550 mg	42 %
----------------	------

Iron / Fer 2.5 mg	14 %
-------------------	------

Vitamin A / Vitamine A 10 µg	1 %
------------------------------	-----

Vitamin C / Vitamine C 27 mg	30 %
------------------------------	------

Vitamin D / Vitamine D 0 µg	0 %
-----------------------------	-----

Vitamin E / Vitamine E 4.5 mg	30 %
-------------------------------	------

Vitamin K / Vitamine K 1.25 µg	1 %
--------------------------------	-----

Thiamine 0.125 mg	10 %
-------------------	------

Riboflavin / Riboflavine 0.175 mg	13 %
-----------------------------------	------

Niacin / Niacine 1.25 mg	8 %
--------------------------	-----

Vitamin B6 / Vitamine B6 0.25 mg	15 %
----------------------------------	------

Folate 40 µg DFE	10 %
------------------	------

Vitamin B12 / Vitamine B12 0 µg	0 %
---------------------------------	-----

Pantothenic Acid / Pantothénate 0.3 mg	6 %
--	-----

Phosphorus / Phosphore 100 mg	8 %
-------------------------------	-----

Magnesium / Magnésium 80 mg	19 %
-----------------------------	------

Zinc 0.75 mg	7 %
--------------	-----

Selenium / Sélénium 3.5 µg	6 %
----------------------------	-----

Copper / Cuivre 0.26 mg	29 %
-------------------------	------

Manganese / Manganèse 0.6 mg	26 %
------------------------------	------

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

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