

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per 1 package (191 g)

Pour 1 paquet (191 g)

Calories 320

% Daily Value*

% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 17 g	23 %
Saturated / saturés 2.0 g	10 %
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 38 g	
Fibre / Fibres 11 g	39 %
Sugars / Sucres 14 g	14 %

Protein / Protéines 11 g

Cholesterol / Cholestérol 0 mg 0 %

Sodium 3 mg 0 %

Potassium 400 mg 12 %

Calcium 75 mg 6 %

Iron / Fer 3 mg 17 %

Vitamin A / Vitamine A 20 µg 2 %

Vitamin C / Vitamine C 14 mg 16 %

Vitamin D / Vitamine D 0 µg 0 %

Vitamin E / Vitamine E 3 mg 20 %

Vitamin K / Vitamine K 28.5 µg 24 %

Thiamine 0.075 mg 6 %

Riboflavin / Riboflavine 0.15 mg 12 %

Niacin / Niacine 1.25 mg 8 %

Vitamin B6 / Vitamine B6 0.175 mg 10 %

Folate 30 µg DFE 8 %

Vitamin B12 / Vitamine B12 0 µg 0 %

Pantothenic Acid / Pantothénate 0.5 mg 10 %

Phosphorus / Phosphore 200 mg 16 %

Magnesium / Magnésium 110 mg 26 %

Zinc 0.5 mg 5 %

Selenium / Sélénium 0.4 µg 1 %

Copper / Cuivre 0.17 mg 19 %

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**