

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per 1 Package (240 g)

Pour 1 paquet (240 g)

Calories 430

% Daily Value*

% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 23 g	31 %
Saturated / saturés 4.5 g	23 %
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 46 g	
Fibre / Fibres 11 g	39 %
Sugars / Sucres 14 g	14 %

Protein / Protéines 18 g

Cholesterol / Cholestérol 0 mg 0 %

Sodium 160 mg 7 %

Potassium 700 mg 21 %

Calcium 75 mg 6 %

Iron / Fer 6.5 mg 36 %

Vitamin A / Vitamine A 30 µg 3 %

Vitamin C / Vitamine C 6 mg 7 %

Vitamin D / Vitamine D 0 µg 0 %

Vitamin E / Vitamine E 0.2 mg 1 %

Vitamin K / Vitamine K 1.25 µg 1 %

Thiamine 0.02 mg 2 %

Riboflavin / Riboflavine 0.05 mg 4 %

Niacin / Niacine 0.5 mg 3 %

Vitamin B6 / Vitamine B6 0.35 mg 21 %

Folate 20 µg DFE 5 %

Vitamin B12 / Vitamine B12 0 µg 0 %

Pantothenic Acid / Pantothénate 0.25 mg 5 %

Phosphorus / Phosphore 300 mg 24 %

Magnesium / Magnésium 150 mg 36 %

Zinc 0.1 mg 1 %

Selenium / Sélénium 0.6 µg 1 %

Copper / Cuivre 0.34 mg 38 %

Manganese / Manganèse 0.175 mg 8 %

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

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