

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per 1 package (183 g)

Pour 1 paquet (183 g)

Calories 230

% Daily Value*

% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 5 g 7 %

Saturated / saturés 1.5 g 8 %

+ Trans / trans 0 g

Carbohydrate / Glucides 46 g

Fibre / Fibres 6 g 21 %

Sugars / Sucres 23 g 23 %

Protein / Protéines 5 g

Cholesterol / Cholestérol 0 mg 0 %

Sodium 25 mg 1 %

Potassium 650 mg 19 %

Calcium 10 mg 1 %

Iron / Fer 1.5 mg 8 %

Vitamin A / Vitamine A 30 µg 3 %

Vitamin C / Vitamine C 14 mg 16 %

Vitamin D / Vitamine D 0 µg 0 %

Vitamin E / Vitamine E 0.2 mg 1 %

Vitamin K / Vitamine K 1 µg 1 %

Thiamine 0.05 mg 4 %

Riboflavin / Riboflavine 0.125 mg 10 %

Niacin / Niacine 1.25 mg 8 %

Vitamin B6 / Vitamine B6 0.6 mg 35 %

Folate 35 µg DFE 9 %

Vitamin B12 / Vitamine B12 0 µg 0 %

Pantothenic Acid / Pantothénate 0.5 mg 10 %

Phosphorus / Phosphore 100 mg 8 %

Magnesium / Magnésium 80 mg 19 %

Zinc 0.3 mg 3 %

Selenium / Sélénium 2 µg 4 %

Copper / Cuivre 0.14 mg 16 %

Manganese / Manganèse 0.45 mg 20 %

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

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