

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per 1 Package (235 g)

Pour 1 Paquet (235 g)

Calories 440

% Daily Value*

% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 23 g	31 %
Saturated / saturés 2.5 g	13 %
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 44 g	
Fibre / Fibres 11 g	39 %
Sugars / Sucres 22 g	22 %

Protein / Protéines 21 g

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

Sodium 15 mg	1 %
---------------------	-----

Potassium 700 mg	21 %
------------------	------

Calcium 125 mg	10 %
----------------	------

Iron / Fer 7 mg	39 %
-----------------	------

Vitamin A / Vitamine A 100 µg	11 %
-------------------------------	------

Vitamin C / Vitamine C 18 mg	20 %
------------------------------	------

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

Vitamin E / Vitamine E 1.5 mg	10 %
-------------------------------	------

Vitamin K / Vitamine K 1.5 µg	1 %
-------------------------------	-----

Thiamine 0.2 mg	17 %
-----------------	------

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

Niacin / Niacine 2 mg	13 %
-----------------------	------

Vitamin B6 / Vitamine B6 0.4 mg	24 %
---------------------------------	------

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

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

Pantothenic Acid / Pantothénate 0.35 mg	7 %
---	-----

Phosphorus / Phosphore 300 mg	24 %
-------------------------------	------

Magnesium / Magnésium 160 mg	38 %
------------------------------	------

Zinc 1.75 mg	16 %
--------------	------

Selenium / Sélénium 1.5 µg	3 %
----------------------------	-----

Copper / Cuivre 0.91 mg	101 %
-------------------------	-------

Manganese / Manganèse 1.45 mg	63 %
-------------------------------	------

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

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