

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Serving size 1/2 cup (125ml)

Portion 1/2 tasse (125ml)

Calories 50	% Daily Value*
	% valeur quotidienne*

Fat/Lipides 1 g	1 %
Saturated / saturés 0 g	1 %
+ Trans / trans 0 g	

Carbohydrate / Glucides 7g	
Fibres / fibres 2 g	6 %
Sugars / sucres 4 g	4 %

Protein / protéines 6 g	
--------------------------------	--

Cholesterol / cholestérol 0 mg	
---------------------------------------	--

Sodium 250 mg	11 %
----------------------	------

Potassium 350 mg	7 %
-------------------------	-----

Calcium 30 mg	2 %
----------------------	-----

Iron / fer 1.5 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