

**Valeur nutritive**  
**Nutrition Facts**

pour 1/2 tasse (125 ml)  
Per 1/2 cup (125 ml)

| <b>Calories 90</b>                     | <b>% valeur quotidienne*</b> |
|--|------------------------------|
|  | <b>% Daily Value*</b>        |
| <b>Lipides / Fat</b> 3,5 g             | 5 %                          |
| saturés / Saturated 1,5 g              | 8 %                          |
| + trans / Trans 0 g                    |                              |
| <b>Glucides / Carbohydate</b> 12 g     |                              |
| Fibres / Fibre 1 g                     | 4 %                          |
| Sucres / Sugars 7 g                    | 7 %                          |
| <b>Protéines / Protein</b> 5 g         |                              |
| <b>Cholestérol / Cholesterol</b> 10 mg |                              |
| <b>Sodium</b> 280 mg                   | 12 %                         |
| <b>Potassium</b> 225 mg                | 5 %                          |
| <b>Calcium</b> 30 mg                   | 2 %                          |
| <b>Fer / Iron</b> 1,75 mg              | 10 %                         |

\*5% ou moins c'est **peu**, 15% ou plus c'est **beaucoup**  
\*5% or less is **a little**, 15% or more is **a lot**