Valeur nutritive
Nutrition Facts

Portion de 420g
Portion of 420g

Calories 500	**% valeur quotidienne*** **% Daily Value***
Lipides / Fat 13 g	17 %
saturés / Saturated 3.5 g + trans / Trans 0.1 g	18 %
Glucides / Carbohydrate 53 g	
Fibres / Fibre 8 g	29 %
Sucres / Sugars 8 g	8 %
Protéines / Protein 44 g	
Cholestérol / Cholesterol 110 mg	
Sodium 160 mg	7 %
Potassium 1000 mg	29 %
Calcium 200 mg	15 %
Fer / Iron 4.5 mg	25 %

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