

# Valeur nutritive

## Nutrition Facts

pour 1 tasse (250 ml)

Per 1 cup (250 ml)

**Calories 200**

% valeur quotidienne\*  
% Daily Value\*

**Lipides / Fat** 10 g 13 %  
saturés / Saturated 6 g 30 %  
+ trans / Trans 0.4 g

**Glucides / Carbohydate** 21 g

Fibres / Fibre 2 g 7 %  
Sucres / Sugars 19 g 19 %

**Protéines / Protein** 9 g

**Cholestérol / Cholesterol** 35 mg

**Sodium** 120 mg 5 %

Potassium 500 mg 11 %

Calcium 300 mg 23 %

Fer / Iron 2 mg 11 %

Vitamine D / Vitamin D 2.5 mcg 13 %

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

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