

# Nutrition Facts

## Valeur nutritive

Per 1 fillet (84 g)  
pour 1 filet (84 g)

<b>Calories 60</b>	<b>% Daily Value*</b>
	<b>% valeur quotidienne*</b>
<b>Fat / Lipides</b> 0.5 g	1 %
Saturated / saturés 0 g	0 %
+ Trans / trans 0 g	
<b>Carbohydrate / Glucides</b> 0 g	
Fibre / Fibres 0 g	0 %
Sugars / Sucres 0 g	0 %
<b>Protein / Protéines</b> 14 g	
<b>Cholesterol / Cholestérol</b> 50 mg	
<b>Sodium</b> 60 mg	3 %
<b>Potassium</b> 150 mg	3 %
<b>Calcium</b> 10 mg	1 %
<b>Iron / Fer</b> 0.75 mg	4 %

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

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