

Honey / Miel

Nutrition Facts Valeur nutritive

Per tbsp (20g)
pour 1 c. à table (20g)

Calories	70	% Daily Value*
		% valeur quotidienne*

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

Carbohydrate / Glucides	16 g	
Fibre / Fibres	0 g	0 %
Sugars / Sucres	16 g	16 %

Protein / Protéines	0.1 g	
----------------------------	-------	--

Cholesterol / Cholestérol	0 mg	
----------------------------------	------	--

Sodium	0 mg	0 %
---------------	------	-----

Potassium	0 mg	0 %
-----------	------	-----

Calcium	0 mg	0 %
---------	------	-----

Iron / Fer	0 mg	0 %
------------	------	-----

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

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

Honey with dried fruit / Miel aux fruits secs

Nutrition Facts Valeur nutritive

Per tbsp (20g)
pour 1 c. à table (20g)

Calories	80	% Daily Value*
		% valeur quotidienne*

Fat / Lipides	4 g	5 %
Saturated / saturés	0.3 g	0 %
+ Trans / trans	0 g	

Carbohydrate / Glucides	9 g	
Fibre / Fibres	1 g	4 %
Sugars / Sucres	9 g	9 %

Protein / Protéines	1 g	
----------------------------	-----	--

Cholesterol / Cholestérol	0 mg	
----------------------------------	------	--

Sodium	0 mg	0 %
---------------	------	-----

Potassium	0 mg	0 %
-----------	------	-----

Calcium	0 mg	0 %
---------	------	-----

Iron / Fer	0 mg	0 %
------------	------	-----

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

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