

Nutrition Facts

Valeur nutritive

Per about ¼ cup of crab meat (83 g)
pour environ ¼ tasse de chair
de crabe (83 g)

Calories 100

% Daily Value*
% valeur quotidienne*

Fat / Lipides 1.5 g	2 %
Saturated / saturés 0.2 g	3 %
+ Trans / trans 0.4 g	

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

Protein / Protéines 20 g

Cholesterol / Cholestérol 60 mg

Sodium 570 mg	25 %
----------------------	------

Potassium 200 mg	4 %
------------------	-----

Calcium 30 mg	2 %
---------------	-----

Iron / Fer 2.25 mg	13 %
--------------------	------

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

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