

NUTRITION FACTS		القيمة الغذائية
Serving size 1 Piece ( 100 g )		حجم حصة الغذاء (100 جم )
Amount per serving:		القيمة للحصة
Calories 65.11		السعرات الحرارية ٦٥,١١
Daily Value	(% DV)	القيمة اليومية
Total Fat 0.35 g	0.54	الدهن الكلي ٠,٣٥ جم
Saturated Fat 0.05 g	0.25	الدهن المشبعه 0.05 جم
Trans Fat 0.00 g	0.00	الدهون المتحوله ٠,٠٠ جم
Cholesterol 0.00 mg	0.00	كوليسترول ٠,٠٠ ملجم
Monounsaturated fat 0.04g	-	دهون أحادية غير مشبعة 0.04 جم
Polyunsaturated fat 0.30 g	-	دهون متعددة غير مشبعة 0.30 جم
Sodium 270.00 mg	11.25	الصوديوم ٢٧٠ ملجم
Total Carbohydrate 11.01 g	3.67	الكربوهيدرات الكلية ١١,٠١ جم
Sugar 0.48 g	-	السكريات ٠,٤٨ جم
Adding sugar 0 g	-	السكريات المضافة ٠ جم
C. Protein 4.48 g	8.96	البروتين ٤,٤٨ جم
Calcium 7.80 mg	0.78	الكالسيوم ٧,٨٠ ملجم
Vitamin A 23.6 IU	0.47	فيتامين اي ٢٣,٦ أي يو
Vitamin C 0.00 mg	0.00	فيتامين سي ٠,٠٠ ملجم
T. Dietary Fiber 11.0 g	44.00	الالياف الغذائية الكلية ١١,٠ جم
Iron 1.21 mg	6.72	الحديد ١,٢١ ملجم
Percentage Daily Value based on 2000kcal/day		تستند القيمة اليومية على اساس 2000 كيلو كالوري في اليوم