



Nutrition Facts / Datos de Nutrición
Serving Size / Tamaño de porción 1 Cup / 1 Taza (30g)

Amount Per Serving / Cantidad por porción	Cereal	with 1/2 cup skim milk / con 1/2 taza de leche descremada
Calories / Calorías	120	160
Calories from Fat / Calorías de grasa	0	0
% Daily Value** / % Valor diario**		
Total Fat / Grasa total 0g*	0%	0%
Saturated Fat / Grasa saturada 0g	0%	0%
Trans Fat / Grasa trans 0g		
Polysaturated Fat / Grasa polisaturada 0g		
Monounsaturated Fat / Grasa monoinsaturada 0g		
Cholesterol / Colesterol 0mg	0%	0%
Sodium / Sodio 105mg	4%	7%
Potassium / Potasio 35mg	1%	7%
Total Carbohydrate / Carbohidratos totales 27g	9%	11%
Dietary Fiber / Fibra dietética 3g	10%	10%
Sugars / Azúcares 9g		
Protein / Proteínas 1g		
Vitamin A / Vitamina A	10%	15%
Vitamin C / Vitamina C	10%	10%
Calcium / Calcio	0%	15%
Iron / Hierro	10%	10%
Vitamin D / Vitamina D	10%	25%
Thiamin / Tiamina	25%	30%
Riboflavin / Riboflavina	25%	35%
Niacin / Niacina	25%	25%
Vitamin B6 / Vitamina B6	25%	25%
Folic Acid / Ácido fólico	25%	25%
Vitamin B12 / Vitamina B12	25%	35%
Zinc / Zinc	10%	15%

* Amount in cereal. One half cup of skim milk contributes an additional 40 calories, 65mg sodium, 6g total carbohydrates (6g sugars) and 4g protein. / Cantidad en cereal. Media taza de leche descremada aporta 40 calorías adicionales, 65 mg de sodio, 6 g de carbohidratos totales (6 g de azúcares) y 4 g de proteínas.

** Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs. / Los porcentajes de valor diario están basados en una dieta de 2,000 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades calóricas.

	Calories / Calorías	2,000	2,500
Total Fat / Grasa Total	Less than / Menos de	65g	80g
Sat. Fat / Grasa Saturada	Less than / Menos de	25g	25g
Cholesterol / Colesterol	Less than / Menos de	300mg	300mg
Sodium / Sodio	Less than / Menos de	2,400mg	2,400mg
Potassium / Potasio	Less than / Menos de	3,500mg	3,500mg
Total Carbohydrate / Carbohidratos Totales		300g	375g
Dietary Fiber / Fibra Dietética		25g	30g

Ingredients: Milled corn, sugar, soluble corn fiber, contains 2% or less of molasses, salt, hydrogenated coconut and soybean oil, wheat starch, annatto color, BHT for freshness.

Vitamins and Minerals: Vitamin C (sodium ascorbate and ascorbic acid), niacinamide, zinc oxide, reduced iron, vitamin B6 (pyridoxine hydrochloride), vitamin B2 (riboflavin), vitamin B1 (thiamin hydrochloride), vitamin A palmitate, folic acid, vitamin D, vitamin B12.

CONTAINS WHEAT INGREDIENTS. CORN USED IN THIS PRODUCT MAY CONTAIN TRACES OF SOYBEANS.

Ingredientes: Maíz molido, azúcar, fibra de maíz soluble, contiene 2% o menos de melazas, sal, aceite de soja y de coco hidrogenado, fécula de trigo, color anato, BHT para mantener la frescura.

Vitaminas y Minerales: Vitamina C (ascorbato de sodio y ácido ascórbico), niacinamida, óxido de zinc, hierro reducido, vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina), vitamina B2 (riboflavina), vitamina B1 (clorhidrato de tiamina), vitamina A palmitato, ácido fólico, vitamina D, vitamina B12.

CONTIENE INGREDIENTES DE TRIGO. EL MAÍZ UTILIZADO EN ESTE PRODUCTO PUEDE CONTENER TRAZAS DE SOYA.

NLI#09124