

# Country Potato Soup with Cheddar and Chives

## Soupe paysanne aux pommes de terre, au cheddar et à la ciboulette

### Directions:

- 1. Open pouch and remove oxygen absorber.
- 2. Prepare in pouch or other suitable container.
- 3. Add 1 1/2 cups (12 oz) boiling water to ingredients or fold /crease & fill pouch to "E-Z Fill Line" 7.
- 4. Stir thoroughly then seal pouch or cover.
- 5. Let stand 10 - 12 minutes; stir again & serve.

### Mode d'emploi:

- 1. Ouvrir l'emballage et retirer l'absorbant d'oxygène.
- 2. Préparer dans un sachet ou un autre récipient approprié.
- 3. Ajoutez 1 1/2 tasses (354 ml) d'eau bouillante aux ingrédients ou pliez le sachet et remplissez-le jusqu'à la "ligne de remplissage E-Z" 7.
- 4. Bien remuer et refermer le sachet ou couvrir.
- 5. Laisser reposer 10 à 12 minutes; remuer de nouveau et servir.

**Ingredients:** Dehydrated potatoes, Cheddar cheese powder (cheddar cheese [milk, salt, bacterial cultures, enzymes], disodium phosphate, \*may contain sodium aluminum silicate), Potato starch, Modified milk ingredients, Onion, Milk ingredients, Onion, Sea salt, Dried garlic, Red and green bell pepper, Natural flavour, Butter powder (butter, skim milk powder, sodium caseinate, sodium phosphate), Seasoning (yeast extract, salt, canola oil), Black pepper, Chives, Thyme.

**Ingrédients:** Pommes de terre déshydratées, Poudre de fromage cheddar (fromage cheddar [lait, sel, cultures bactériennes, enzymes], phosphate disodique, \*peut contenir du silicate double d'aluminium et de sodium), Féculé de pomme de terre, Substances laitières modifiées, Oignon, Substances laitières, Oignon, Sel de mer, Ail séché, Poivrons rouges et verts, Arôme naturel, Poudre de beurre (beurre, poudre de lait écrémé, caséinate de sodium, phosphate de sodium), Assaisonnement (extrait de levure, sel, huile de canola), Poivre noir, Ciboulette, Thym.

**AlpineAire Foods** 130 Cyber Ct. Rocklin, CA. USA 95765  
Contains Bioengineered Food Ingredients  
800.755.6701 info@alpineaire.com www.alpineaire.com



**GLUTEN FREE**  
**SANS GLUTEN**

\$11.95



## Nutrition Facts / Valeur nutritive

Per 1 package 2 servings  
pour 1 emballage 2 portions - 90g

|                                                          | Per 1 package<br>Pour 1 emballage      | Per 1/2 package<br>Pour 1/2<br>emballage |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|
| <b>Calories</b>                                          | <b>390</b>                             | <b>200</b>                               |
|                                                          | % Daily Value* / % valeur quotidienne* |                                          |
| <b>Fat / Lipides</b> 17 g†                               | 23 %                                   | 12 %                                     |
| Saturated / saturés 10 g                                 | 53 %                                   | 27 %                                     |
| + Trans / trans 0.5 g                                    |                                        |                                          |
| <b>Carbohydrate / Glucides</b> 45 g                      |                                        |                                          |
| Fibre / Fibres 4 g                                       | 14 %                                   | 7 %                                      |
| Sugars / Sucres 10 g                                     | 10 %                                   | 5 %                                      |
| <b>Protein / Protéines</b> 15 g                          |                                        |                                          |
| <b>Cholesterol / Cholestérol</b> 50 mg                   |                                        |                                          |
| <b>Sodium</b> 1170 mg                                    | 51 %                                   | 26 %                                     |
| <b>Potassium</b> 1450 mg                                 | 43 %                                   | 21 %                                     |
| <b>Calcium</b> 300 mg                                    | 23 %                                   | 12 %                                     |
| <b>Iron / Fer</b> 1.25 mg                                | 7 %                                    | 3 %                                      |
| † Amount in / Teneur pour Per 1 package Pour 1 emballage |                                        |                                          |
| *5% or less is a little, 15% or more is a lot            |                                        |                                          |
| *5% ou moins c'est peu, 15% ou plus c'est beaucoup       |                                        |                                          |