



NUTRITION FACTS

WHAT'S IN IT FOR YOU...

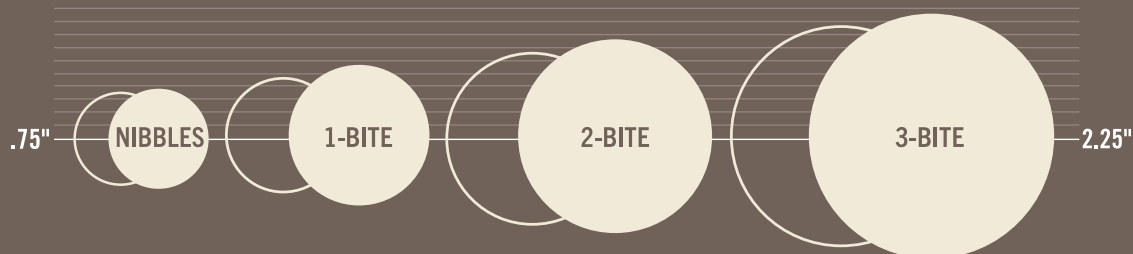
Nutrition, sizing and general information about our potatoes.

BITE-SIZE POTATO FACTS	2
HONEY GOLD®	3
RUBY SENSATION®	4
PURPLE PASSION™	5
WHITE DELIGHTS	6
SUNBURST BLEND™	7
SUNRISE MEDLEY®	8
GOLD FINGERLING®	9
RED FINGERLING™	9
SUNSET FINGERLINGS™	9
PETITE SWEET	10
MINI SWEET	10
RUSSET	10



BITE-SIZE POTATO FACTS

WHAT IS A BITE-SIZE POTATO?



Specially-developed, small variety known for their flavoring, creamy textures and thin skins. We call them bite-size because they are best scaled to what the average person can bite when eating these delights.

WHAT'S IN A BITE-SIZE POTATO?

GLUTEN-FREE	NON-GMO	SOURCE OF POTASSIUM	LOW IN CALORIES
 Potatoes are naturally gluten-free.	 Our products are NOT genetically modified.	 Potatoes are naturally filled with essential vitamins and minerals and a great source of potassium.	 Potatoes are naturally fat and cholesterol free and contain only 90-110 calories per serving.

Bite-size potatoes are a vegetable packed with nutritional powers including Vitamin C, B6, Iron, Protein and provide more Potassium than a banana. Bite-size potatoes are a whole food, naturally gluten-free, high in fiber and rich in minerals with no additives or GMOs. Because they aren't refined or have sugar added, they are a complex carbohydrate (good carbs) that is absorbed slowly into the body and keeps you feeling fuller longer with energy to burn.

ABOUT THE NUTRITION FACTS:

Nutrition information listed in this document might not match the information on the package you purchased— both are still accurate, just different. The nutrition information on some of our packaging is based on 148 grams per serving (average size of a medium russet potato and standardized by the USDA/FDA). We're in the process of switching them over to be 110 grams per serving. This serving size is more suitable for bite-size potatoes of varying sizes. In addition to the serving size change, all of our potatoes were analyzed to give you the most accurate nutritional information that we can provide.

PLEASE NOTE: Since potatoes within the packaging can vary slightly in size and density, the nutritional facts are based on an estimate of how many potatoes will be in the package, but does not account for potatoes that may have a higher density and account for more weight within any given package. To get the most accurate nutritional information, you'll want to look more at the 110 grams rather than the estimate of the number of potatoes.



HONEY GOLD®

Honey Gold® 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración

Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g 0%

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg 0%

Sodium/Sodio 0mg 0%

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 18g 7%

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0.8mg 4%

Potassium /Potasio 610mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Honey Gold® 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración

Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g 0%

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg 0%

Sodium/Sodio 0mg 0%

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 18g 7%

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0.8mg 4%

Potassium /Potasio 610mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



RUBY SENSATION®

Ruby Sensation® 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 10mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0.9mg 6%

Potassium /Potasio 650mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Ruby Sensation® 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 10mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0.9mg 6%

Potassium /Potasio 650mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



PURPLE PASSION™

Purple Passion™ 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 90

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 10mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 22g **8%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0mg 0%

Potassium /Potasio 500mg 10%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Purple Passion™ 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 90

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 10mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 22g **8%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 0mg 0%

Potassium /Potasio 500mg 10%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



WHITE DELIGHTS

White Delights 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 90

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 5mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 22g **8%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 1.5mg 8%

Potassium /Potasio 600mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

White Delights 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 90

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 5mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 22g **8%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales <1g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg 0%

Calcium /Calcio 10mg 0%

Iron /Hierro 1.5mg 8%

Potassium /Potasio 600mg 15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



SUNBURST BLEND™

Sunburst Blend™ 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g	0%
Saturated Fat /Grasa Saturada 0g	0%
<i>Trans</i> Fat /Grasa <i>Trans</i> 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 5mg	0%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g	7%
Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g	7%
Total Sugars /Azúcares Totales <1g	
Includes 0g Added Sugars / Incluye 0g Azúcares Añadidos	0%
Protein/Proteínas 2g	
Vitamin D /Vitamina D 0mcg	0%
Calcium /Calcio 10mg	0%
Iron /Hierro 0.8mg	4%
Potassium /Potasio 630mg	15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Sunburst Blend™ 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat /Grasa Total 0g	0%
Saturated Fat /Grasa Saturada 0g	0%
<i>Trans</i> Fat /Grasa <i>Trans</i> 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 5mg	0%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g	7%
Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g	7%
Total Sugars /Azúcares Totales <1g	
Includes 0g Added Sugars / Incluye 0g Azúcares Añadidos	0%
Protein/Proteínas 2g	
Vitamin D /Vitamina D 0mcg	0%
Calcium /Calcio 10mg	0%
Iron /Hierro 0.8mg	4%
Potassium /Potasio 630mg	15%

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



SUNRISE MEDLEY®

Sunrise Medley® 1-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 7 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 7 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración

Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 5mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg **0%**

Calcium /Calcio 10mg **0%**

Iron /Hierro 0.7mg **4%**

Potassium /Potasio 600mg **15%**

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Sunrise Medley® 2-Bite

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 3 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 3 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración

Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat /Grasa *Trans* 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 5mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg **0%**

Calcium /Calcio 10mg **0%**

Iron /Hierro 0.7mg **4%**

Potassium /Potasio 600mg **15%**

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.



FINGERLINGS

Gold Fingerling®

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 2 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 2 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat/Grasa Trans 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 20mg **1%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 3g **11%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

**Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos** **0%**

Protein/Proteínas 3g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg **0%**

Calcium /Calcio 20mg **0%**

Iron /Hierro 0.8mg **4%**

Potassium /Potasio 530mg **10%**

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Red Fingerling™

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 2 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 2 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat/Grasa Trans 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 0mg **0%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g **7%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

**Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos** **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg **0%**

Calcium /Calcio 20mg **0%**

Iron /Hierro 0.6mg **4%**

Potassium /Potasio 560mg **10%**

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

Sunset Fingerlings™

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición

Serving size about 2 potatoes (110 g)
Tamaño por ración pour environ 2 pommes de terre (110 g)

Amount per serving/Cantidad por ración
Calories/Calorías 80

% Daily Value* / % Valor Diario*

Total Fat/Grasa Total 0g **0%**

Saturated Fat /Grasa Saturada 0g **0%**

Trans Fat/Grasa Trans 0g

Cholesterol/Colesterol 0mg **0%**

Sodium/Sodio 15mg **1%**

Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 19g **7%**

Dietary Fiber /Fibra Dietética 3g **11%**

Total Sugars /Azúcares Totales 0g

**Includes 0g Added Sugars /
Incluye 0g Azúcares Añadidos** **0%**

Protein/Proteínas 2g

Vitamin D /Vitamina D 0mcg **0%**

Calcium /Calcio 10mg **0%**

Iron /Hierro 0.7mg **4%**

Potassium /Potasio 550mg **10%**

The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.

SWEETS & RUSSET

Petite Sweet Potatoes

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición	
Serving size Tamaño por ración	about 1 potato (110 g) pour environ 1 pommes de terre (110 g)
Amount per serving/Cantidad por ración	
Calories/Calorías	70
% Daily Value* / % Valor Diario*	
Total Fat/Grasa Total 0g	0%
Saturated Fat /Grasa Saturada 0g	0%
<i>Trans</i> Fat /Grasa <i>Trans</i> 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 40mg	2%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 18g	7%
Dietary Fiber /Fibra Dietética 4g	14%
Total Sugars /Azúcares Totales 3g	
Includes 0g Added Sugars / Incluye 0g Azúcares Añadidos	0%
Protein/Proteínas 1g	
Vitamin D /Vitamina D 0mcg	0%
Calcium /Calcio 10mg	0%
Iron /Hierro 0.7mg	4%
Potassium /Potasio 600mg	15%
The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.	
* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.	

Mini Sweet Potatoes

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición	
Serving size Tamaño por ración	about 2 potatoes (110 g) pour environ 2 pommes de terre (110 g)
Amount per serving/Cantidad por ración	
Calories/Calorías	70
% Daily Value* / % Valor Diario*	
Total Fat/Grasa Total 0g	0%
Saturated Fat /Grasa Saturada 0g	0%
<i>Trans</i> Fat /Grasa <i>Trans</i> 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 40mg	2%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 18g	7%
Dietary Fiber /Fibra Dietética 4g	14%
Total Sugars /Azúcares Totales 3g	
Includes 0g Added Sugars / Incluye 0g Azúcares Añadidos	0%
Protein/Proteínas 1g	
Vitamin D /Vitamina D 0mcg	0%
Calcium /Calcio 50mg	4%
Iron /Hierro 0.8mg	4%
Potassium /Potasio 380mg	8%
The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.	
* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.	

Russet A-Size

Nutrition Facts/ Datos de Nutrición	
Serving size Tamaño por ración	about 1 potato (148 g) pour environ 1 pommes de terre (148 g)
Amount per serving/Cantidad por ración	
Calories/Calorías	110
% Daily Value* / % Valor Diario*	
Total Fat/Grasa Total 0g	0%
Saturated Fat /Grasa Saturada 0g	0%
<i>Trans</i> Fat /Grasa <i>Trans</i> 0g	
Cholesterol/Colesterol 0mg	0%
Sodium/Sodio 0mg	0%
Total Carbohydrate/Carbohidrato Total 26g	9%
Dietary Fiber /Fibra Dietética 2g	7%
Total Sugars /Azúcares Totales 1g	
Includes 0g Added Sugars / Incluye 0g Azúcares Añadidos	0%
Protein/Proteínas 3g	
Vitamin D /Vitamina D 0mcg	0%
Calcium /Calcio 20mg	2%
Iron /Hierro 1.1mg	6%
Potassium /Potasio 620mg	15%
The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.	
* El porcentaje Valor Diario (VD) indica la cantidad de un nutriente en una porción de alimento contribuye a una dieta diaria. 2000 calorías al día se utiliza para el consejo general de la nutrición.	