

... brings to your... of the herbs of India.  
... the taste of ex... has hand-picked  
... Tasty! Visit the Indian... each  
... from the Indian range of spices  
... as well as nothing less.

... recommend transfer of products to an airtight  
... This will retain its freshness and flavour. Store in cool and  
... products are packed in hygienic conditions at  
... can ensure that Indian product reach you in  
... In case of complaint please contact the packet and  
... when purchased. We will be glad to  
... contact.

... à votre cuisine les épices les plus fines des  
... Saveurs et goûts des cuisines exotiques avec les  
... par les experts. Goûtez et semez les  
... choix. Trouvez le plaisir de chaque flaveur  
... et ne laissez pas le goût fin de votre  
... dans le moment.

... nous recommandons le transfert immédiat des  
... contenant hermétique. Ceci va retener sa saveur et  
... à un endroit bien sec et frais. Les produits  
... à la seule des conditions que sont très  
... pour être. Vérifiez les dates de validité pour être sûr que ces  
... en conditions parfaites. En cas de plainte, il  
... et les contenus, en indiquant où et  
... Nous serons heureux de remplacer le paquet et  
... en frais postale.

Imported by / Importe par:  
**INDICAN SPICES LTD.**  
V3W 3A7  
VANCOUVER, CANADA

### Nutrition Facts Valeur nutritive

Per 10g (0.35 oz) / Par 10g (0.35 oz)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
<b>Calories / Calories 30</b>	
<b>Fat / Lipides 1 g</b>	<b>6 %</b>
Saturated / Saturés 1 g	2 %
+Trans / Trans 0 g	0 %
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	<b>0 %</b>
<b>Sodium / Sodium 35 mg</b>	<b>4 %</b>
<b>Carbohydrate / Glucides 0 g</b>	<b>0 %</b>
Fibre / Fibres 1 g	1 %
Sugar / Sucres 0 g	0 %
<b>Protein / Protéines 3 g</b>	
Vitamin A / Vitamine A	8 %
Vitamin C / Vitamine C	6 %
Calcium / Calcium	4 %
Iron / Fer	2 %

Ingredients: White Lentils, Black Pepper, Coriander, Cardamom Seed,  
Cashew, Chickpea, Mustard, Sesame, Cumin, Fenugreek, Coriander Seed Oil  
Ingredients: Lentilles Blanches, Poivre Noir, Coriandre, Graines  
De Cardamome, Cardamome, Graines De Cumin, Moutarde,  
Cashewettes & Huile De Cumin



05/26/2011

# INDICAN<sup>®</sup>

Premium Quality

**PUNJABI WADI  
SPICY LENTIL CHUNKS**

Gros Morceau De Epices gros Morceau De Epices

ਪੰਜਾਬੀ ਵੱਡੀਆਂ  
400g (14oz.)

05/26/2011

# INDICAN<sup>®</sup>

Premium Quality

FRUITICANA  
\$2.99

PUNJABI WADI  
SPICY LENTIL CHUNKS

Gros Morceau De Epices / Gros Morceau De Epices

ਪੰਜਾਬੀ ਵੇੜੀਆਂ

200g (7oz.)

Product of India / Produit d'Inde

Indican de spices you can't find in other spices from the land of India. Explore the taste of exotic cooking with Indican spices hand-picked by experts. Taste them the Indican way of your choice. Batch each from the Indican range of spices and let the true taste of your spices be nothing less.

We recommend transferring spices to an airtight container. This will extend its freshness and help preserve its soul and color. Our Indican products are packed in high-quality conditions at our facilities. We take great care to ensure that Indican products reach you in perfect condition. In case of complaints, please return the packet and contents using video and when purchased. We will be glad to replace and refund you.

Indican vous amène à votre cuisine les épices les plus fines et les plus rares des Indes. Explorez les goûts des cuisines exotiques avec les épices choisies minutieusement par les experts. Goûtez et semez les épices de votre choix. Trouver le plaisir de chaque saveur. Les produits Indican et les produits pas le côté fine de votre cuisine. Retournez le paquet et le contenu, nous serons heureux de vous le remplacer et de vous rembourser.

Indican vous recommande le transfert des épices dans un récipient hermétique. Cela vous aidera à préserver et prolonger la fraîcheur et la couleur de vos épices. Nos produits sont emballés dans de bonnes conditions à nos installations. Nous nous efforçons de garantir que nos produits vous arrivent en parfait état. En cas de plainte, veuillez retourner le paquet et son contenu, nous serons heureux de vous le remplacer et de vous rembourser.

Imported by / Importe par :  
**INDICAN SPICES LTD.**  
 V3W3A7  
 VANCOUVER, CANADA

## PUNJABI WADI

Ingredients: White Lentils, Black Pepper, Coriander, Cardamom Seed, Coriander Seed, Mustard, Mustard Seed, & Coriander Seed Oil  
 Ingrédients: Lentilles Blanches, La Poivre Noir, Cardamome, Graines de Coriandre, Graines de Moutarde, Graines de Moutarde et Graines de Coriandre.

NUTRITION INFORMATION NUTRITIONNELLE  
 PER 10g SERVING / PER PORTION OF 10g  
 SERVING PER 20g / SERVIR PAR 20g

Amount Per Serving	% Daily Value*
Energy/Calorie	310 K Cal From Fat 45
Total Fat/Grain	1.7g 3%
Saturated Fat/Grain	0.85g 2%
Poly Unsat. Fat/Grain Fat	0.85g 2%
Mon. Unsat. Fat/Grain Fat	0.85g 2%
Cholesterol/Cholesterol	0.85g 2%
Total Carbohydrate/Total Carbohydrate	0.85g 2%
Sodium/Sodium Chloride	2.4g 1%
Protein/Protein	25.5g 4%
Fiber/Fiber	0.85g 2%

Vitamins A 7.5% Vitamin C 6.5% Calcium 3.8% Fat 2.5%  
 Vitamines A 7.5% Vitamine C 6.5% Calcium 3.8% Fat 2.5%

## Nutrition Facts Valeur nutritive

Per 10g (0.35 oz) / Par 10g (0.35 oz)

Amount Teneur	% Daily Value % valeur quotidienne
Calories / Calories	30
Fat / Lipides	1 g 6 %
Saturated / Saturés	1 g 2 %
+Trans / Trans	0 g
Cholesterol / Cholestérol	0 mg 0 %
Sodium / Sodium	35 mg 4 %
Carbohydrate / Glucides	0 g 0 %
Fibre / Fibres	1 g 1 %
Sugar / Sucres	0 g
Protein / Protéines	3 g
Vitamin A / Vitamine A	8 %
Vitamin C / Vitamine C	6 %
Calcium / Calcium	4 %
Iron / Fer	2 %

Ingredients : White Lentil, Black Pepper, Coriander, Cardamom Seed,  
Coriander Clove, Mustard, Ginger, & Cotton Seed Oil  
Ingrédients : Lentille Blanche, Poivre Noir, Coriandre, La Graine  
De Cardamome, Coriandre, Clove De Girofle Noire, Moutarde,  
Gingembre, & L'huile De Coton



**INDICAN**

Premium Quality

**PUNJABI WADI  
SPICY LENTIL CHUNKS**

Gros Morceau De Epices / Gros Morceau De Epices

ਪੰਜਾਬੀ ਵੱਡੀਆਂ

800g (28oz.)

Product of India / Produit D' Inde

Imported by / Importe par: **INDICAN SPICES LTD.**  
V3W 3A7, VANCOUVER, CANADA

06/16/2011