

MIB. Fiskekarbonader med potet og gulrotmos, erter og mais

Allergener i retten: FISK, LUPIN, LAKTOSE (MELK), MELKEPROTEIN (MELK), LAKTOSE OG MELKEPROTEIN

Ingrediens	Gram
Fiskekarbonade med purre og hvitløk	90
<i>Hvitlaks (Argentina silus) (28%), surimi (alaska pollock, stabilisatorer (E420, E450, E451)) (25%), helmelk, vann, tapioka, rapsolje, purre (2,4%), krydder (hvitløk, mysepulver, salt, stabilisator (E452), dektrose, aroma, løkpulver, surhetsregulerende middel (E262)).</i>	

Allergener: Fisk, Laktose (melk), Melkeprotein (melk), Laktose og Melkeprotein

Erter grønne frosne	35
Mais frossen	35
Potet og gulrotmos	120
<i>Potet, gulrot, MILLAC, grønnsaksbuljong</i>	
Allergener: Melkeprotein (melk), Laktose og Melkeprotein, PKU alternativ	

Næringsinnhold ingredienser pr 100 gram

Ingredienser	Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
Fiskekarbonade med purre og hvitløk	627	157	8,1	9,2	0,2	11,7
Erter grønne frosne Norrek	276	66	0,4	7,1	0	5,2
Mais frossen Norrek	488	116	1,7	20,8	2,3	3,2
Potet og gulrotmos	301	71	2	11,4	1	1,6

Næringsinnhold i rett pr 100 gram

Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
426	104	3,7	11,3	0,8	5,5

Totalt næringsinnhold i rett (280 gram)

Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
1193	291	10,4	31,7	2,2	15,4
