

MIB: Fiskekaker Tricolore med potetmos og gulrot Duo

MIB: Fiskekaker Tricolore med potetmos og gulrot Duo

TRICOLORE
FISKEKAKER MED GRØNNSAKER

Allergener i retten: Klikk på allergen for å se erstatningsretten for allergenet.

FISK, LAKTOSE OG MELKEPROTEIN



Ingrediens	Gram
Fiskekaker Tricolore - tre farger	90
Ingredienser:	
Variant 1 (ORANSJE med GULRØT og SØTPOTET): Fisk 47,3% (kvitlaks, steinbit, sei), melk , gulrot (9%), søtpotet (7%), stivelse (tapioka, potet), rapsolje, purre, salt, løk, krydder, fortykningsmiddel	
Allergener: Fisk, Laktose og Melkeprotein	
Variant 2 (TRADISJONELL): Fisk 56,4% (kvitlaks, steinbit, sei), melk , stivelse (tapioka, potet), rapsolje, krydderblanding (salt, løk, fortykningsmiddel, krydderekstrakt (pepper, muskat), naturlig aroma), purre	
Variant 3 (GRØNN med BROKKOLI og SPINAT): Fisk 48,4% (kvitlaks, steinbit, sei), melk , brokkoli (5%), spinat (5%), søtpotet (5%), stivelse (tapioka, potet), rapsolje, purre, salt, løk, krydder, fortykningsmiddel	
MIB. Potetmos	140
<i>Poteter, H-melk, salt</i>	
Allergener: Laktose og Melkeprotein	
Gulrot Duo	60
<i>Gulrot tofarget</i>	

MIB: Fiskekaker Tricolore med potetmos og gulrot Duo

Næringsinnhold ingredienser pr 100 gram

Ingredienser	Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
Fiskekaker Tricolore - ORANSJE	466	111	4,5	8,3	0	9,1
Fiskekaker Tricolore - GRØNN	466	111	4,6	7,9	0	9,3
Fiskekaker Tricolore: TRADISJONELL	539	129	5,3	9,2	0	9,1
MIB. Potetmos	281	66	0,6	12,7	1,3	2
Gulrot Duo	131	31	0,1	6,7	0	0,7

Næringsinnhold i rett pr 100 gram

Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
315	75	1,8	10,2	0,6	4,1

Totalt næringsinnhold i rett (290 gram)

Kj	Kcal	Fett	Karbo	Fiber	Protein
913	216	5,2	29,5	1,8	11,9
