

Ravintosisältö 1.1.2012															
13.1.2012															
Ravintosisältö / 100g															
Tuotenro	Tuotteen nimi		Energiaa		Proteiinia	Hiilihydr.		Rasvaa	josta	Kuitua	Natriumia	Suola	Laktoosi	Gluteeni	
		♥	Paino	KJ	kcal	g	g	sokereita	g	tydyttyn.	g	g	%	g	kyllä / -ei
<b>Vihannespakasteet</b>															
<b>Wok-vihannekset</b>															
6071	Wok Classic		500 g	140	35	1,5	4,5	2,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
67123	Wok Thai		500 g	120	30	1	4	3,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
87517	Wok Vietnamese		450 g	130	30	1,5	4	3	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
88391	Wok Chinese		500 g	160	40	0,9	6,5	3,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
20877	Wok Malaysia		450 g	150	35	1,5	5	4	0,4	0,07	2,5	0,2	0,4	-	-
90310	Wok Bali		450 g	120	30	1,5	4	2,5	0,3	0,06	2,5	0,2	0,4	-	-
93830	Wok Classic Big Pack		900 g	140	35	1,5	4,5	2,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
63120	Wok Thai		900 g	120	30	1	4	3,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
91408	Wok Chinese		900 g	160	40	0,9	6,5	3,5	0,4	0,08	3	0,2	0,4	-	-
63879	Wok Beijing		850 g	160	40	1,5	6	3	0,3	0,06	2,5	0,2	0,4	-	-
<b>Vihanneskeoitukset</b>															
66118	Juureskeoitus		550 g	150	35	1	5,5	4	0,4	0,07	3	0	-	-	-
87142	Herkkuvihannekset		300 g	130	30	1,5	3,5	3	0,5	0,09	3	0	-	-	-
87159	Nuppuvihannekset		300 g	120	30	2	3	2,5	0,4	0,08	2,5	0	-	-	-
87107	Talonvihannekset		300 g	140	35	1	4,5	3	0,5	0,1	3,5	0	-	-	-
<b>Paistovihannekset</b>															
95344	Välimeren Rataouille		400 g	390	95	1,5	6,5	4	6,5	0,6	2	0,2	0,4	-	-
56207	Parsakaali ja kukkakaali		500 g	100	25	2,5	2	2	0,3	0,06	2	0	-	-	-
51073	Ranskalaiset vihannekset		500 g	180	45	1	3	2,5	2,5	0,3	2,5	0	-	-	-
37586	Herkkusieniä&Valkosip.versoja		500 g	160	40	1,5	5,5	3,5	0,4	0,07	3	0	-	-	-
16951	Espanjalaiset vihannekset		400 g	200	45	1,5	4,5	3,5	2	0,2	2,5	0,2	0,4	-	-
<b>Uunikasvikset</b>															
95616	Texasin uunikasvikset		600 g	170	40	1,5	6,5	4	0,4	0,07	3	0,2	0,5	-	-
66375	Toscanan kasviskuutiot		600 g	310	75	2	9,5	3	2,5	1	3	0,3	0,7	-	-
90450	Yrttiset uunikasvikset		600 g	320	75	2	10	2,5	2,5	1,3	3	0,2	0,4	-	-
90759	Parilajuurekset		600 g	360	85	1,5	12	4	3	0,8	3	0,1	0,3	-	-
94828	Provincen uunikasvikset		600 g	320	75	2	9	2	3	0,8	2,5	0,1	0,3	-	-
<b>Green Deli</b>															
11064	Greek Warm Salad		400 g	330	80	4,5	5,5	3,5	4	1,2	2	0,3	0,7	<0,1	-
72807	French Rataouille		400 g	280	65	2	7	5	3	0,4	2	0,3	0,7	-	-
80162	Italian Pesto		400 g	290	70	4,5	5	3	3	0,8	2,5	0,2	0,6	<0,1	-
92005	Indian Curry		400 g	360	85	4,5	9	3,5	3	0,9	3	0,6	1,4	0,8	-
<b>Riisivihanneskeoitukset</b>															
87351	Kina - Mix		500 g	440	100	3,5	20	2	0,4	0,08	3	0,2	0,6	-	-
6057	Hawaii - Mix		500 g	440	110	2,5	22	2	0,3	0,06	2	0,3	0,7	-	-
3076	Kina-Mix Big Pack		900 g	440	100	3,5	20	2	0,4	0,08	3	0,2	0,6	-	-
<b>Yksittäisvihannekset</b>															
96287	Pariisinporkkanat		500 g	120	30	0,6	4,5	4	0,4	0,07	2,5	0	-	-	-
3278	Ruusukaali		550 g	180	45	4	3,5	2,5	0,4	0,06	4,5	0	-	-	-
6002	Sokeriherne		200 g	220	50	3,5	6	4	0,2	0,04	6	0	-	-	-
6006	Parsa		200 g	100	25	2,5	2	1,5	0,2	0,05	2	0	-	-	-
95617	Herne		200 g	270	65	5	7	4	0,4	0,08	6,5	0,1	-	-	-
<b>Perunapallot</b>															
7807	Pommes Noisettes		350 g	760	180	2,5	25	<0,2	7,5	0,6	3	0,4	0,8	-	kyllä
56116	Pommes Noisettes garlic		350 g	760	180	2,5	25	0,2	7,5	0,6	3	0,4	1	-	kyllä
90343	Pommes Noisettes Big Pack		1,1 kg	760	180	2,5	25	<0,2	7,5	0,6	3	0,4	0,8	-	kyllä
88420	Mini Rösti		600 g	780	190	2,5	24	0,2	9	4,9	2	0,3	0,7	-	-



Ravintosisältö 1.1.2012															
13.1.2012															
Ravintosisältö / 100g															
Tuotenro	Tuotteen nimi		Energiaa		Proteiinia	Hiilihydr.	Rasvaa		josta	Kuitua	Natriumia	Suola	Laktoosi	Gluteeni	
							josta	tydyttyn.							
		♥	Paino	kJ	kcal	g	g	sokereita	g	rasvaa	g	g	%	g	kyllä / -ei
78162	Chicken Mexican La Paz		380 g	450	110	5,5	13	1,5	3,5	0,3	1	0,3	0,7	-	-
93938	Oriental Bhaji Bite		380 g	1000	240	6,5	29	3,5	10	2,9	2,5	0,2	0,6	0,3	kyllä
68264	Pasta al Salmone		380 g	600	140	7	17	2	5	2,4	0,6	0,3	0,8	1,2	kyllä
86434	Teriyaki Beef		380 g	480	120	5,5	18	3,5	2	0,4	1	0,4	1,1	-	kyllä
26199	Indian Tikka Masala		380 g	480	120	6,5	14	1,5	3,5	1,5	0,8	0,3	0,7	0,1	-
88828	Chicken Indonesia		380 g	500	120	6,5	14	1,5	4	2,7	1	0,2	0,5	0,1	*kyllä
67617	Falafel Marrakech		380 g	760	180	5	17	2,5	9,5	0,7	4,5	0,4	0,9	-	kyllä
<b>Kalapakasteet</b>															
<b>Fileet</b>															
94019	Lohi		350 g	940	220	20	0	0	16	3,4	0	0,1	0	-	-
21754	Alaskanseitikuutiot		300 g	320	75	17	0	0	0,8	0,2	0	0,1	0	-	-
91394	Lohikuutiot		300 g	940	220	20	0	0	16	3,4	0	0,1	0	-	-
85810	Alaskanseiti		400 g	320	75	17	0	0	0,8	0,12	0	0,1	0	-	-
132596	Filet Naturel		400 g	370	90	20	0	0	0,9	0,1	0	0	0	-	-
132520	Seiti, MSC		400 g	370	90	20	0	0	0,9	0,1	0	0	0	-	-
<b>Kalapuikot</b>															
11095	Lohi kalapuikot MSC	♥	250 g	960	230	14	17	1	10	0,6	0,8	0,3	0,8	-	kyllä
24189	Filee kalapuikot	♥	250 g	850	200	12	18	0,3	9	0,7	0,8	0,3	0,7	-	kyllä
36157	Frionor Kalapuikkoja	♥	250 g	840	200	12	17	1	9	0,7	0,8	0,3	0,9	-	kyllä
30899	Kuitupitoiset kalapuikot	♥	250 g	800	190	12	15	0,7	9	0,7	3	0,3	0,9	-	kyllä
<b>Paneroitu kala</b>															
25956	Kevyesti paneroitu turskafilee	♥	210 g	600	140	14	8	2	6	0,6	0,7	0,3	0,8	0,2	kyllä
26332	Kevyesti paneroitu punakampelafilee	♥	210 g	700	170	13	11	2	8	1	0,2	0,4	0,9	0,2	kyllä
76862	Kevyesti paneroitu kalafilee	♥	320 g	660	160	13	8	2,5	8	1,1	1	0,3	0,7	0,2	kyllä
69971	4 Rapeaksi paneroitua kalaleikettä	♥	340 g	920	220	11	17	0,2	12	0,9	0,1	0,4	0,9	-	-
63958	Sitruunaleikkeet	♥	370 g	1000	240	12	22	0,4	11	0,8	1	0,4	1	-	kyllä
90628	Sitruunaiset lohileikkeet		300 g	1200	290	13	17	0,4	19	2,3	0,6	0,4	1	-	kyllä
90060	Crispies lime	♥	370 g	940	220	12	17	0,6	12	0,8	1	0,4	0,9	0,2	kyllä
94096	Kullanrapeat kalafileet	♥	360 g	910	220	12	16	0,7	12	0,8	0,5	0,5	1	0,2	kyllä
88709	Kullanrapeat kalafileet sitr. & persilja		360 g	920	220	12	17	1,1	12	0,9	0,6	0,5	1,3	0,2	kyllä
6462	Crispies, MSC	♥	370 g	940	220	12	19	0,8	11	0,8	0,7	0,4	1	0,2	kyllä
136596	Rapeaksi paneroitu seitifilee	♥	400 g	680	160	13	15	0,3	5,5	2,4	0,7	0,3	0,7	-	kyllä
13520	Rapeaksi paner. Lohileikkeet	♥	320 g	1045	250	14	17	0,7	14	2	0,3	0,4	0,8	-	kyllä
<b>Kalagratiinit</b>															
6507	Mantelikala, MSC	♥	400 g	720	170	14	6	0,4	10	1,9	0,5	0,4	1	-	kyllä
<b>Leivonnaiset</b>															
56138	Ranskalainen omenapiiras		300 g	1760	420	8	31	14	29	11,6	3,5	0,1	0,4	-	kyllä
60704	Raparperiiras		280 g	1260	300	4	45	24	11	4,7	2,5	0,1	0,2	0,6	kyllä
34	Kanelipullat		420 g	1440	340	6	57	23	9,5	4,2	2	0,1	0,3	-	kyllä
35	Herkuuwienerit		400 g	1600	380	5	41	15	22	9,5	1,5	0,2	0,6	0,4	kyllä
28844	Kanelipullat Big pack		700 g	1440	340	6	57	23	9,5	4,2	2	0,1	0,3	-	kyllä
93717	Omena-kanelipullat		700 g	1420	340	6	58	24	8,5	3,8	2	0,1	0,3	-	kyllä
86565	Kardemummapullat Big Pack		700 g	1500	360	6	59	25	10	4,3	2	0,1	0,3	-	kyllä

