

GRATIN DE BOULGOUR ET LEGUMES DU SOLEIL 280G

 FR
 85.182.005
 CE


Fabriqué en France dans nos ateliers vendéens (85)

Photo non contractuelle

Grammage (en g) : 280

Date de mise à jour : 27/09/2023

Code Produit : 4130

**POIDS DES DIFFÉRENTES
COMPOSANTES EN G**

Légume	147
Féculent	74
Légumineuse	23
Sauce	36
TOTAL	280

LISTE DES INGRÉDIENTS
GRATIN DE BOULGOUR ET LÉGUMES DU SOLEIL (TOMATES, AUBERGINES ET COURGETTES)

Boullgour cuit 26% (eau, **blé** dur, curcuma), concassée de tomates 18% (tomates, jus de tomates ; acidifiant : acide citrique), aubergines 9.3% (aubergines, huile de tournesol), courgettes 9.3%, pois chiche 8%, poivrons jaunes, concentré de tomates, oignons frits (oignons, huile d'olive vierge, sel), **emmental**, eau, mozzarella (**lait**, sel, ferments lactiques, coagulant ; acidifiant : acide citrique ; anti-agglomérant : amidon de pommes de terre), huile de colza, huile d'olive vierge, sel, ail, poudre de **lait** écrémé, thym, poivre.

Les informations en gras sont destinées aux allergiques et intolérants.


MODE DE CONSERVATION

À conserver à -18°C

VALEURS NUTRITIONNELLES

	Pour 100g	A la portion
Energie (kJ)	540	1512
Energie (kCal)	129	361
Matières grasses (g)	6,3	18
dont acides gras saturés (g)	1,6	4,5
Glucides (g)	12	34
dont sucres (g)	3,3	9,2
Fibres (g)	2,4	6,7
Protéines (g)	4,9	14
Sel (g)	0,72	2,0
Potassium (g)	0,175	0,490
Calcium (g)	0,107	0,300
Phosphore (g)	0,105	0,294

ALLERGÈNES PRÉSENTS

Gluten <input checked="" type="checkbox"/>	Crustacés <input type="checkbox"/>	Oeufs <input type="checkbox"/>	Poissons <input type="checkbox"/>
Arachides <input type="checkbox"/>	Soja <input type="checkbox"/>	Lait / produits à base de lait <input checked="" type="checkbox"/>	Fruits à coque <input type="checkbox"/>
Céleri <input type="checkbox"/>	Moutarde <input type="checkbox"/>	Graines de sésame <input type="checkbox"/>	Anhydrides sulfureux / sulfites <input type="checkbox"/>
Lupin <input type="checkbox"/>	Mollusques <input type="checkbox"/>		

SPÉCIFICATIONS NUTRITION

Rapport P/L	0,778
Grammage protidique (g)	
Teneur en sodium (g/100 g)	0,283

SPÉCIFICITÉS ALIMENTAIRES ET THÉRAPEUTIQUES

Pauvre en sel <input type="checkbox"/>	Pauvre en graisse <input type="checkbox"/>	Pauvre en fibres <input type="checkbox"/>
Sans résidus <input type="checkbox"/>	Diabétique <input checked="" type="checkbox"/>	Enrichie <input type="checkbox"/>
Sans gluten (AFDIAG) <input type="checkbox"/>	Sans porc <input checked="" type="checkbox"/>	Végétarienne <input checked="" type="checkbox"/>
Texture tendre (IDDSI 6) <input type="checkbox"/>	Texture hachée (IDDSI 5) <input type="checkbox"/>	

REMISE EN TEMPÉRATURE - PLAT ÉTAT SURGELÉ

Type de four utilisé	Temps de réchauffage	Température ou puissance
Air pulsé	60 min	120°C
Thermocontact	60 min	120°C
Micro-onde (retirer l'opercule)	Entre 4 et 6 min	800W.