

GRATIN DE POISSON 300G



RICHE EN PROTEINES

FR
85.182.005
CE



Fabriqué en France dans nos ateliers vendéens (85)

Pêche durable selon le référentiel MSC. www.msc.org/fr

Photo non contractuelle

Grammage (en g) : 300

Date de mise à jour : 26/04/2023

Code Produit : 8311

POIDS DES DIFFÉRENTES COMPOSANTES EN G

Viande/poisson	63
Légume	27
Féculent	200
Sauce	10
TOTAL	300

LISTE DES INGRÉDIENTS

GRATIN DE POISSON

Eau, chair de **lieu** noir 20%, pommes de terre, **crème** fraîche, carottes, flocons de pommes de terre (pommes de terre déshydratées, extrait d'épices ; émulsifiant : mono et diglycérides d'acides gras), crème de riz, champignons (champignons de Paris, sel), poudre de **lait** écrémé, chapelure (**blé**), **beurre**, échalotes, persil, amidon transformé de riz, sel, ciboulette, fibre de chicorée, arôme naturel (**poisson**, **lait**), ail, poivre, curcuma, persil.

Lieu pêché en Atlantique Nord-Est.

Traces éventuelles de moutarde, soja

Les informations en gras sont destinées aux allergiques et intolérants.



VALEURS NUTRITIONNELLES

	Pour 100g	A la portion
Energie (kJ)	439	1317
Energie (kCal)	104	312
Matières grasses (g)	2,9	8,7
dont acides gras saturés (g)	1,7	5,1
Glucides (g)	11	33
dont sucres (g)	2,3	6,9
Fibres (g)	1,1	3,3
Protéines (g)	8,0	24
Sel (g)	0,74	2,2
Potassium (g)	0,210	0,630
Calcium (g)	0,057	0,171
Phosphore (g)	0,091	0,273

ALLERGÈNES PRÉSENTS

Gluten ☒	Crustacés ☐	Oeufs ☐	Poissons ☒
Arachides ☐	Soja ☐	Lait / produits à base de lait ☒	Fruits à coque ☐
Céleri ☐	Moutarde ☐	Graines de sésame ☐	Anhydrides sulfureux / sulfites ☐
Lupin ☐	Mollusques ☐		

SPÉCIFICATIONS NUTRITION

Rapport P/L	2,759
Grammage protidique (g)	63
Teneur en sodium (g/100 g)	0,291

SPÉCIFICITÉS ALIMENTAIRES ET THÉRAPEUTIQUES

Pauvre en sel ☐	Pauvre en graisse ☒	Pauvre en fibres ☐
Sans résidus ☐	Diabétique ☒	Enrichie ☐
Sans gluten (AFDIAG) ☐	Sans porc ☒	Végétarienne ☐
Texture tendre (IDDSI 6) ☒	Texture hachée (IDDSI 5) ☐	

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.