



Préparation : 5 minutes au bain marie ou 2 minutes au micro-onde après avoir percé l'opercule

Présentation :

Plats cuisinés sous vide en barquettes de 280 g. Vendu à l'unité. Riche en protéine, source de fibres, pauvre en lipide et en acides gras saturés

Plats Cuisinés Apertisés	CHILI DEL YUCCAN		LASAGNE TRATTORIA		HACHIS PARMENTIER			
	/100g	/300g	/100g	/300g	/100g	/300g	/100g	/300g
Énergie (kcal)	112,7	338	69,8	230,4	87,4	262,2		
Énergie (kJ)	471,6	1414,7	291,9	963,4	365,4	1096,3		
Protéines (g)	5,3	15,8	3,3	11,0	4,9	30,0		
Glucides Totaux (g)	16,9	50,8	9,3	30,7	10,0	30,0		
Dont Sucres (g)	1,0	3,0	0,8	2,5	1,1	3,3		
Lipides (en g)	2,5	7,6	2,3	7,5	3,2	9,6		
Acides gras saturés (g)	0,7	2,0	0,5	1,7	1,0	2,9		
Cholestérol (mg)	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
Fibres (g)			0,9	3,0	1,2	3,6		
Sodium (mg)			103,4	341,4	127,3	381,9		

COMPOSITION :

CHILI DEL YUCCAN : Riz, haricots rouges, préparation de soja sans OGM (dont gluten de blé), eau, sauce tomate, oignons, concentré de tomate, vin rouge, poivrons rouges, huile d'olive, chili, bouillon de légumes (dont céleri), amidon précuit, gomme de guar et de xanthane - **LASAGNE TRATTORIA :** Sauce tomate, lasagnes (20%), préparation de soja sans OGM (dont gluten de blé), eau, oignons, carottes, concentré de tomate, champignons, crème fraîche, amidon précuit, gomme de guar et de xanthane, huile d'olive, bouillon de légumes (dont céleri), bouillon de boeuf (dont céleri), parfum béchamel, sel, basilic, ail, jus de citron - **HACHIS PARMENTIER FAÇON MILO :** préparation de soja sans OGM (dont gluten de blé), eau, féculé de pomme de terre, carottes, oignons, bouillon de légumes (dont céleri), huile d'olive, oignons frits, amidon précuit, gomme de guar et de xanthane, arôme méditerranéen, ail, muscade, poivre noir -

Conseil d'Utilisation

À consommer dans le cadre d'un régime alimentaire. Toute perte de poids supérieure à 5 kilos doit être encadrée médicalement.