

UKE 33

Kyllingboller, tomatsaus Blomkålblanding og potetmos

Ingredienser: Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), KYLLINGBOLLER + GRØNT (Ingredienser: Kyllingkjøtt, 33% grønnsakblanding(potet,paprika, blomkål, erter, kikerter, tomat, gulrot, champignon, løk, linser, spinat),kyllingskinn, **havregryn**, potetstivelse, salt og krydder.), Blomkålblanding (Gulrotskiver, Blomkål, Erter), vann, løk, **kremfløte (Fløte (38 % fett))**, tomat, tomatpure (Tomater), paprika (Paprika rød), Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker,kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt,krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), soft flora (Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**,kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), **konserveringsmiddel (kaliumsorbat)**, surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), **hvetemel (Hvetemel, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.)**, C-tex (maisstivelse), Kalvekraft konsentrert flytende (vann, salt, gjærekstrakt, maltodekstrin, sukker, kalvekjøtt 2 %,storfekjøtt, kjøttekstrakt, aroma, stabilisator (xantangummi),rødvinpulver,**konserveringsmiddel (kaliumsorbat)**, syre (sitronsyre),ekstrakt (gulrot, løk 1 %, pepper, **selleri**, purre 1 %),solsikkeolje, fargestoff (ammonisert karamell)), sukker, Urter i olje hvitløk (fersk hvitløk 68 %, solsikkeolje, havsalt,konsentrert sitronsaft, **konserveringsmiddel (sorbinsyre).**), Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), Salt, paprika (INGREDIENS Paprika.), Basilikum (basilikumblader.), Pepper sort malt (sort pepper.)

Næring pr.100g:

Energi	375 kJ / 90 kcal
Fett	3,2 g
Mettet fett	1,02 g
Karbohydrat	9,9 g
Sukkerarter	2,6 g
Protein	4,3 g
Salt	0,6 g

Fiskegrateng m/ smør, gulrot, potet

Ingredienser: Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), **Sei**, Gulrot, **hmelk** (hmelk), meierismør (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), omelettmix (**Heleggmasse** laget egg fra frittgående høner (99 %), salt, surhetsregulerende middel E330.), Makaroni (**durumhvete.**), **hvetemel** (Hvetemel, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), soft flora (Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**,kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), **konserveringsmiddel (kaliumsorbat)**, surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), purreløk, **Fiskekraft** saltreduert (salt, maltodekstrin, gjærekstrakt, **fisk** 26 %(sei),grønnsaker (løk, pastinakk, purre), rapsolje, gulrotekstrakt, krydder.), Griljermel

(Hvetemel)fullkornrugmel rapsolje, gjær, sukker, valmuefrø, salt, **rugmel**, maltet bygg), Salt, Pepper sort malt (sort pepper.), Muskatnøtt malt (muskatnøtt.)

Næring pr.100g:

Energi	451 kJ / 108 kcal
Fett	4,6 g
Mettet fett	2,31 g
Karbohydrat	10,4 g
Sukkerarter	3,1 g
Protein	5,5 g
Salt	0,5 g

Sei cordon bleue remulade, gulrot og potet

Ingredienser: Sei cordon blue **SEIFILÈT**, vann, brødrasp (inneholder **GLUTEN**), rapsolje, **FLØTEPULVER**, paneringsmiks **HVETEMEL**, potetstivelse, salt, pepper, surhetsregulerende middel (E500), brokkoli, margarin, røkt skinke, **HVETEMEL**, ost **MELK**, salt, **STARTKULTUR**, (ost), løpe, konserveringsmiddel E251, farge E160a), maisstivelse, **OSTEPULVER**, salt, sitronpepper og pepperekstrakt), Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), Gulrot, Remulade (Rapsolje, vann, sylteagurk (6 %), sukker, **eggeplomme**, **egg**, eddik, **sennepsfrø**, salt, fortykningsmiddel (guarkjernemel, xantangummi, E 1422), konserveringsmiddel (kaliumsorbat, natriumbenzoat), surhetsregulerende middel (sitronsyre), løk, krydder (med muskatblomme), aroma, fargestoff (riboflavin, betakaroten, karamell, klorofyllin), antioksidant (E 385)), meierismør (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Salt

Næring pr.100g:

Energi	740 kJ / 176 kcal
Fett	11 g
Mettet fett	1,27 g
Karbohydrat	13,1 g
Sukkerarter	3 g
Protein	5,6 g
Salt	0,4

Karbonader m/rosepeppersaus amerikansk blanding og potet

Ingredienser: Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), karbonade (Storfekjøtt(52.4%), vann, myse(**melk**), potetmel, løk, salt, **melkeproteinkonsentrat**, **hvetefiber (glutenfritt)**, **havrefiber [havrefiber**, maltodekstrin, potetfiber, inulin, psyllium] , krydder, antioksidant [E331], aroma[, maltodekstrin, salt], margarin [Rapsolje, fullherdet kokos- og rapsolje, vann, kokosolje, **skummetmelk**, salt, emulgator (soyalecitin, E471), aroma]), amerikansk blanding (Gulrotterning, erter, mais), vann, **helmelk**, Rosepeppersaus pastøs (olje (solsikke, raps), maisstivelse, glukosesirup, salt, gjærekstrakt, rosépepper 4 %, modifisert maisstivelse, krydder, stabilisator(xantangummi), løk, sukker, aroma, fargestoff (paprikaekstrakt), gressløk, karri, hvitløk, paprika, emulgator (E471).), paprika (Paprika rød), løk, kremfløte (**Fløte** (38 % fett)), Kjøttglace kalv lys pastøs

(maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt, krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), **hvetemel** (melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), soft flora (Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbit), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), C-tex (maisstivelse), meierismør (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Kalvekraft konsentrert flytende (vann, salt, gjærekstrakt, maltodekstrin, sukker, kalvekjøtt 2 %, storfekjøtt, kjøttekstrakt, aroma, stabilisator (xantangummi), rødvinpulver, konserveringsmiddel (kaliumsorbit), syre (sitronsyre), ekstrakt (gulrot, løk 1 %, pepper, **selleri**, purre 1 %), solsikkeolje, fargestoff (ammonisert karamell)), Urter i olje hvitløk (fersk hvitløk 68 %, solsikkeolje, havsalt, konsentrert sitronsaft, konserveringsmiddel (sorbinsyre).), Rosépepper hel (rosépepper.), Salt, Karri malt (gurkemeie, bukkehornskløver, koriander, chilipepper, nellik, dill.), Pepper sort malt (sort pepper.)

Næring pr.100g:

Energi	445 kJ / 106 kcal
Fett	5 g
Mettet fett	2,05 g
Karbohydrat	10,3 g
Sukkerarter	2,2 g
Protein	4,5 g
Salt	0,6 g

Kalkun i karri blomkålblanding og potet

Ingredienser: Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), Blomkålblanding (Gulrotskiver, Blomkål, Erter), vann, kalkun (Renskåret grytekjøtt av kalkun, uten skinn og ben (norsk råvare)), kremfløte (**Fløte** (38 % fett)), eplebåter (Eple), løk, **hvetemel** (**Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), kjøttglace kylling (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, aroma, kyllingkjøtt 7,6 %, gjærekstrakt, grønnsaker (løk, **sellerirot**), krydder, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), C-tex (maisstivelse), soft flora (Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (**soyalecitin**, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbit), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), MEIERISMØR (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Kyllingkraft konsentrert flytende (vann, kylling 11% (kyllingkjøtt 99,9 %, antioksidant (rosmarinekstrakt)), salt, aroma, gjærekstrakt, grønnsaker (purre, løk, hvitløk), krydder, fortykningsmiddel (xantangummi), syre (sitronsyre), konserveringsmiddel (kaliumsorbit), gulrotekstrakt, bukkehornskløver.), Karri malt (gurkemeie, bukkehornskløver, koriander, chilipepper, nellik, dill.), Salt, Pepper sort malt (sort pepper.)

Næring pr.100g:

Energi	387 kJ / 92 kcal
Fett	3,3 g
Mettet fett	1,3 g
Karbohydrat	7,8 g
Sukkerarter	2,1 g

Protein	7,3 g
Salt	0,3 g

Laks dillsaus brokkoliblanding og

Ingredienser: Poteter (Potet og antioksidanter (sitronsyre, **natriumdisulfit**)), **Laks**, brokkoliblanding (Gulrot, Blomkål, Brokkoli), vann, **Helmelk** 3,5 % fett , **kremfløte (Fløte** (38 % fett)), **hvetemel (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), meierismør (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), C-tex (maisstivelse), **Fiskekraft** saltreduert (salt, maltodekstrin, gjærekstrakt, **fisk** 26 %(sei),grønnsaker (løk, pastinakk, purre), rapsolje, gulrotekstrakt, krydder.), **Fiskekraft** konsentrert flytende (vann, salt, **fisk** 5 % (sei), maltodekstrin, gjærekstrakt, sukker,proteinekstrakt av mais, gulrotekstrakt,fortykningsmiddel (xantangummi),løk, krydder, konserveringsmiddel (kaliumsorbit), aroma), sitronsaft (Sitronsaft fra konsentrert sitronsaft (99,98%), konserveringsmiddel E224 **kaliummetabisulfitt** (0,02%).), Dill, rå, Pepper sort malt (sort pepper.), Salt

Næring pr.100g:

Energi	478 kJ / 114 kcal
Fett	6,2 g
Mettet fett	1,87 g
Karbohydrat	7,1 g
Sukkerarter	1,9 g
Protein	7,1 g
Salt	0,2 g

Risengrynsgrøt

Ingredienser: melk (**helmelk**), grøtris (rundkornet ris.), vann, meierismør (**Fløte**, salt, syrekultur, vitamin D), Salt, sukker, vaniljesukker (Sukker, maisstivelse, vanillin.)

Næring pr.100g:

Energi	405 kJ / 97 kcal
Fett	3,7 g
Mettet fett	2,4 g
Karbohydrat	12,3 g
Sukkerarter	3,7 g
Protein	3,4 g
Salt	0,3 g

Sjampingjongsuppe

Ingredienser: vann, **hmelk** (hmelk), **krøfløte** (Fløte (38 % fett)), Sjampinjongsuppe pastøs (**hvetemel**, olje (solsikke, raps), maisstivelse, salt, gjærekstrakt, maltodekstrin, sjampinjongkraft 4 %, aroma, løk, **egg**, fargestoff (gulrotfarge), krydder, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), soft flora (Rapsolje (49 %), vann, fullherdet kokos- og rapsolje, **skummet melk**, kokosolje, salt, emulgator (soyalecitin, monoglyserider av fettsyrer), konserveringsmiddel (kaliumsorbit), surhetsregulerende middel (melkesyre), vitamin A, vitamin D, fargestoff (betakaroten), naturlig aroma), **hvetemel (Hvetemel**, melbehandlingsmiddel (askorbinsyre). Inneholder 80% av kornets bestanddeler.), C-tex (maisstivelse), Kjøttglace kalv lys pastøs (maltodekstrin, olje (solsikke, raps), salt, gjærekstrakt, sukker, kalvekjøtt 3,1 %, storfekjøtt, grønnsaker (løk, purre), kjøttekstrakt, krydder, gulrotekstrakt, emulgator (E471). Helt uten palmeolje), buljong (Salt, bærekraftig sertifisert Palmeolje, smaksforsterker E621, aroma, steinsopp (Boletus Edulis) (4,2%), gjærekstrakt, sukker, tomat, maltodextrin, farge (E150c), krydder.), Aromat (Salt, smaksforsterker (mononatriumglutamat), **MELKESUKKER**, gjærekstrakt, løk 3,4 %, vegetabilsk olje (solsikke, palme), antiklumpemiddel (silisiumdioksid), urter og krydder (bl.a hvitløk og **SELLERIFRØ**)), Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), sukker, Salt, Pepper sort malt (sort pepper.)

Næring pr.100g:

Energi	281 kJ / 68 kcal
Fett	4,6 g
Mettet fett	1,71 g
Karbohydrat	5,3 g
Sukkerarter	0,9 g
Protein	1,1 g
Salt	0,6 g

Linsesuppe Lunsjsuppe

Ingredienser: vann, tomat, kokosmelk (Kokos ekstrakt (60%), vann (40%)
), Rødløk, linser, gulrot (Gulrot), Urter i olje hvitløk (fersk hvitløk 68 %, solsikkeolje, havsalt, konsentrert sitronsaft, konserveringsmiddel (sorbinsyre).), Grønnsakbuljong saltreduert (maltodekstrin, salt, gjærekstrakt, gulrotekstrakt 5 %, aroma, grønnsaker 3,9 % (purre, løk), sukker, rapsolje, krydder.), RAPSOLJE 1L, Salt, curry

paste (Hvitløk, rød chili, sitrongress, salt (8,5%), løk, thai chili, galanga, lime blad, fennikel, koriander.), SPISSKUM (Spiskummin.), koriander (Koriander malt), Ingefær malt (ingefær.), Pepper sort malt (sort pepper.)

Næring pr.100g:

Energi	318 kJ / 76 kcal
Fett	4,2 g
Mettet fett	3,45 g
Karbohydrat	6,3 g
Sukkerarter	1,5 g
Protein	2,7 g
Salt	0,8 g

Tyttebærpudding m/vaniljesaus

Ingredienser: Helmelk 3,5 % fett), lettrømme (**Fløte** (18 % fett), melkesyrekultur.), Tyttebær (Tyttebær), sukker, Vaniljesaus usukret (maisstivelse, aroma, fargestoff (betakaroten), rapsolje, vanilje.), Gelatinplater halal (Gelatin storfe), vaniljesukker (Sukker, maisstivelse, vanillin.), Kanel malt (bark fra Cassiatreet.)

Næring pr.100g:

Energi	531 kJ / 127 kcal
Fett	5,9 g
Mettet fett	3,81 g
Karbohydrat	15,2 g
Sukkerarter	13,7 g
Protein	2,9 g
Salt	0,1 g

Jordbærgrøt

Ingredienser: Jordbær (Jordbær), vann, sukker, Husholdningssaft (Råsaft frå drue 24%, eple 20%, kirsebær 4% og pære 2% (frå konsentrat, totalt 50% råsaft), sukker, vatn, surheitsregulerande middel (sitronsyre), konserveringsmiddel (kaliumsorbat, natriumbenzoat.), C-tex (maisstivelse), sitronsaft (Sitronsaft fra konsentrert sitronsaft (99,98%), konserveringsmiddel E224 **kaliummetabisulfitt** (0,02%).)

Næring pr.100g:

Energi	319 kJ / 75 kcal
Fett	0,1 g
Karbohydrat	18 g
Sukkerarter	13,3 g
Protein	0,2 g
Salt	0 g