



» Skriv ut dette produktet

Sammensetningen av ingredienser i produktet kan bli endret, les derfor alltid ingredienslisten på pakningens etikett.



## Broccoll 3115

1 x 4 kg

EPD 294488

### VEKT ANTALL PORSJONSTØRRELSE

4 kg

1 x 4 kg - Ugløst vekt

Anbefalt porsjonsstørrelse: 100 g.

Gir 40 porsjoner pr. krt.

### TILBEREDNING

I gryte: Legg broccoll i kokende, saltet vann. La det trekke i 2-3 minutter.

I kombi: Legg broccoll i perforert GN1/1 63 mm. Damp ved 100° C i 1-2 minutter.

### INGREDIENS

Broccoll og vann.

Forsvillet, glassert og løsfryat.

### NÆRINGSINNHOLD (PR 100 G)

|                     |         |
|---------------------|---------|
| Energj              | 100 kJ  |
|                     | 23 kcal |
| Protein             | 3,3 g   |
| Karbohydrat         | 2 g     |
| Karbohydrat/Sukkar  | 1,3 g   |
| Karbohydrat/Laktose | -       |
| Fett                | 0,3 g   |
| hvorav mettet fett  | 0,03 g  |
| Kvartfiber          | 2,3 g   |
| Vitamin A           | 130 µg  |
| Vitamin D           | -       |
| Thiamin             | 0,06 mg |
| Riboflavin          | 0,1 mg  |
| Niasin              | 0,3 mg  |
| Vitamin C           | 40 mg   |
| Natrium             | -       |
| Saltinnhold         | -       |
| Kalium              | 280 mg  |
| Kalsium             | 40 mg   |
| Jern                | 0,7 mg  |
| Magnesium           | 13 mg   |
| Zink                | 0,3 mg  |

**Findus**

Det fagkunnskap - gode måltidsløsminger