

Gemüsemischung, tiefgekühlt

Kennzeichnung:

Aufbewahrung: Hinweise für die Aufbewahrung zu Hause: Entweder sofort zubereiten oder bei -18°C mindestens haltbar bis Ende: siehe Aufdruck.

Zutaten: Zutaten: Karotten, Broccoli, gelbe Karotten, in veränderlichen Gewichtsanteilen

Alkoholgehalt:

Portionen: 4

Nährwertanspruch:

Verwendungs
hinweis: Nach dem Auftauen nicht wieder einfrieren. Nicht roh verzehren Produkt bitte vor dem Verzehr durcherhitzen!Zubereitung &
Anweisung: Zubereitung unter Benutzung von Mikrowellen in der Mikrowelle: (bezogen auf 300 g) Buntes Gemüse Trio unaufgetaut mit ca. 3 EL Wasser in ein mikrowellene geeignetes Geschirr geben. Zugedeckt bei 600 Watt ca. 10 Min. erhitzen, dabei nach der Hälfte der Zeit und am Ende der Garzeit gut umrühren. Sieden - Zubereitung der Speise in kochendem Wasser Im Topf (KOCHEN): Salzwasser zum Kochen bringen, gewünschte Menge Buntes Gemüse Trio unaufgetaut hineingeben. Nach dem Wiederaufwallen des Wassers ca. 3 Min. weiterkochen.

Abmessungen: Nettogehalt 650.00 Gramm, Bruttogewicht 666.00 Gramm

Kontakt: Name: Iglo Austria; Adresse: Marchfelder Str. 2, 2301 Groß-Enzersdorf; Telefon: 0810 300 407; Mobile Website (oder WAP-Seite) (optimiert für Smartphone etc.): www.iglo.at

Allergene:

Attribute: Labelinformationen Umwelt und Verpackung AMA_SEAL_OF_APPROVAL AMA-Gütesiegel (Qualitätskontrolle, Österreich)
Labelinformationen Umwelt und Verpackung GREEN_DOT GREEN DOT - ARA (Verpackungskennzeichen)**Nährwerte pro 100 Gramm Zubereitet**

Haushaltsportion	** Vitamin A berechnet aus dem Provitamin A-Carotinoid Gehalt		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	117	Kilojoule	
Energie		Ungefährer Wert (-)	28	Kilokalorie	
Fett		Ungefährer Wert (-)	0.4	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren		Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)	0.1	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	3.3	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	1.4	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	2.3	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	1.6	Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)	0.06	Gramm	
Vitamin A		Ungefährer Wert (-)	400	Mikrogramm	50,00 %

Gemüsemischung, tiefgekühlt

Nährwerte pro 1 Portion Zubereitet

Haushaltsportion	pro Portion *** (150g) *** zubereitet nach Anleitung in der		Wert	Einheit	Tages %
NAEHRSTOFF					
Energie		Ungefährer Wert (-)	176	Kilojoule	
Energie		Ungefährer Wert (-)	42	Kilokalorie	
Fett		Ungefährer Wert (-)	0.6	Gramm	
davon gesättigte Fettsäuren	Kleiner als (<) - zu klein für genaue Messung (Regel: <0.5)		0.1	Gramm	
Kohlenhydrate		Ungefährer Wert (-)	5	Gramm	
davon Zucker		Ungefährer Wert (-)	2.1	Gramm	
Ballaststoffe		Ungefährer Wert (-)	3.5	Gramm	
Eiweiß		Ungefährer Wert (-)	2.4	Gramm	
Salz		Ungefährer Wert (-)	0.09	Gramm	
Vitamin A		Ungefährer Wert (-)	600	Mikrogramm	75,00 %