

KYCKLINGSALLAD MEAL



INGREDIENSER

Kycklingbröstfile grillad

Kycklingbröstfilé, potatisstärkelse, salt, rapsolja, kryddor och kryddextrakt (cayenne, koriander, ingefära, paprika, peppar, spiskummin, vitlök), glukossirap, stabiliseringsmedel (E451, E450), lök, kycklingbuljong, jästextrakt, antioxidationsmedel (E301). Till 100 g produkt har använts 100 g kycklingfilé.

Dipsås - Mangoraja dressing

Vegetabilisk olja, mango chutney(mangofrukt, socker, vinäger, chilipeppar, kryddor), vatten, äggula, gräslök, gult senapsfrö, socker, kryddor, konserveringsmedel (E202, E211, E262, E270), salt, färg (E160a), ättika, arom, stabiliseringsmedel (E412, E415), surhetsreglerande medel (E330). Salthalt: 1,4%

Dryck (se separat innehållsförteckning/näringsguide)

INNEHÅLL

Kycklingbröstfile grillad 130 g	1 st
Majs	30 g
Färsk gurka	6 skivor
Tomat	4 skivor
Isbergssallad	150 g
Dippsås	35 g

Valfri dryck 0,4 l

OBS, Hör alltid efter i ditt lokala kök vid frågor kring allergi, lokala avvikelser kan förekomma. Vi kan aldrig garantera att köket är fritt från allergener.

Kycklingsallad Meal (Mangoraja dressing)	Per portion								Per 100g						
	Vikt i gram	Protein	Kolhydrat	Varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)	Protein	Kolhydrat	Varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)
Kycklingbröstfilé	130	32,5	2,6	1,3	0,9	0,3	35,1	156	25	2	1	0,7	0,2	27	120
Majs	30	0,9	5,7	1,7	0,2	0,1	0,2	30	3	19	5,5	0,8	0,2	0,5	100
Färsk gurka	51	0,4	1,2	0,9	0,1	0,1	0	6,6	0,8	2,3	1,7	0,1	0,1	0	13
Tomat	64	0,5	1,7	1,7	0,3	0,3	0	11,5	0,8	2,6	2,6	0,5	0,5	0	18
Isbergssallad	150	1,5	3	0	0,8	0	0	22,5	1	2	0	0,5	0	0	15
Mangorajadressing	35	0,2	3,5	3	21	1,5	0,3	203	0,7	10	8,7	60	4,3	0,9	580
TOTAL	460	36,1	17,6	8,5	23,3	2,2	35,6	429,6							