

# SUPER MEAL



## INNEHÅLL

Hamburgerbröd Sesam 80S	1 st
Hamburgerdressing	20 g
Isbergssallad	25 g
Skivad gul lök	4 ringar
Smörgåsgurka	3 skivor
Hamburgare 150 g	1 st

Valfri dryck 0,4 l

Tillval- välj mellan:

- Mellan Future Fries
- Potatismos
- Sallad

**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.**

## INGREDIENSER

### Hamburgerbröd Sesam 80S

VETEMJÖL, vatten, invertsocker, rapsolja, VETEGLUTEN, jäst, SESAMFRÖ, salt, vegetabiliskt emulgeringsmedel (E471, E481), maltmjöl av korn.

### Hamburgerdressing

Rapsolja, vatten, tomatpuré, gurka, socker, lök, ÄGGULA, SENAPSRÖ, salt, ättika, vinäger, modifierad stärkelse, paprika, kryddor, kryddextrakt (libbsticka), stabiliseringsmedel (E412, E415), surhetsreglerande medel (E330), konserveringsmedel (E202, E211), färgämne (E141, E101).

### Smörgåsgurka

Legymskivade gurkor med SENAPSRÖ i lag av vatten, socker, ättika, salt (2%), stabiliseringsmedel (kalciumklorid), konserveringsmedel (kaliumsorbat), kryddextrakt (bl. a. dill).

### Hamburgare 150 g

Nötkött, vatten, potatis, potatismjöl, koksalt, potatisfibrer, kryddor och kryddextrakt (svartpeppar, rosmarin), stabiliseringsmedel (E450, E451), rapsolja. Köttmängd: 82 %

### Future Fries (alternativ)

Potatis, solrosolja, Överdrag (modifierad stärkelse, ris mjöl, salt, bakpulver E450, E500, stärkelse, förtjockningsmedel (xantangummi), kryddextrakt (gurkmeja och paprika), dextros)

### Mos (alternativ)

Potatis, certifierad palmolja, VASSLE (från MJÖLK), LAKTOS (från MJÖLK), MJÖLKPULVER, GRÄDDPULVER, MJÖLKPROTEIN, kryddor, stabiliseringsmedel (E450), emulgeringsmedel (E471), arom, antioxidationsmedel (E304), kryddextrakt.

Dryck (se separat innehållsförteckning/näringsguide)

	Per portion							
Super Meal utan tillval	Vikt i gram	Protein	Kolhydrat	Varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)
Hamburgerbröd 80S	80	7,7	39,2	4,1	5,3	0,9	0,6	240
Hamburgerdressing	20	0,2	2,3	1,7	9,2	0,7	0,3	92
Isbergssallad	25	0,3	0,5	0	0,1	0	0	3,8
Rå gul lök	8	0,1	0,6	0,5	0	0	0	3,1
Smörgåsgurka	13	0,1	2,9	2,2	0,1	0	0,3	11,7
Hamburgare 150 g	150	22,5	5,3	0,8	31,5	12,8	2	390
<b>TOTAL</b>	<b>296</b>	<b>30,9</b>	<b>50,7</b>	<b>9,2</b>	<b>46,2</b>	<b>14,4</b>	<b>3,2</b>	<b>740,6</b>

	Per 100g						
Protein	Kolhydrat	Varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)	
9,6	49	5,1	6,6	1,1	0,8	300	
1	11,5	8,3	46	3,6	1,7	460	
1	2	0	0,5	0	0	15	
1,2	7,3	6	0,1	0	0	39	
1	22	17	0,5	0	2	90	
15	3,5	0,5	21	8,5	1,3	260	

	Per portion							
Tillval	Vikt i gram	Protein	Kolhydrat	Varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)
Future Fries	150	3	36	1,2	13,5	1,7	1,1	285
Potatismos	250	4,8	35	2,8	2	1,3	1,8	182,5
Sallad	130	1,2	3,3	2,1	0,5	0,3	0	21,9

	Per 100g						
Protein	Kolhydrat	varav sockerarter	Fett	Varav mättat fett	Salt	Energi (kcal)	
2	24	0,8	9	1,1	0,7	190	
1,9	14	1,1	0,8	0,5	0,7	73	
0,9	2,5	1,6	0,4	0,2	0	16,8	